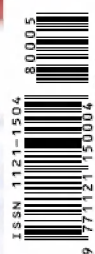


€ 4  
MAGGIO  
2018

# LA CUCINA ITALIANA

DAL 1929 IL MENSILE DI GASTRONOMIA CON LA CUCINA IN REDAZIONE

**A TAVOLA IN  
POCHI MINUTI  
SPECIALE  
PASTA**



P.L. SPA SPED. IN A.P. - AUT. MIN. / IO-NO/062/A1/2018 - ART. 1 COMMA 1 - IO/MI - AUSTRIA € 9,50 - BELGIO € 9,00 - FRANCIA € 9,90 - GERMANIA € 11,50 - LUX € 8,00 - SPAGNA € 7,50 - SVEZIA SEK 99,00 - CANTON TICINO CHF 11,40 - SVIZZERA CHF 12,00 - U.K. GBP 9,25



# LA TORTA FACILE DI PRIMAVERA

«SBRISOLATA» CON LE FRAGOLE p. 64

**SENZA FARE  
LA SPESA:  
LE RICETTE CON  
QUEL CHE C'È**

**A TORINO  
ORA SI  
MANGIA COSÌ:  
UNA CITTÀ  
DA GUSTARE**

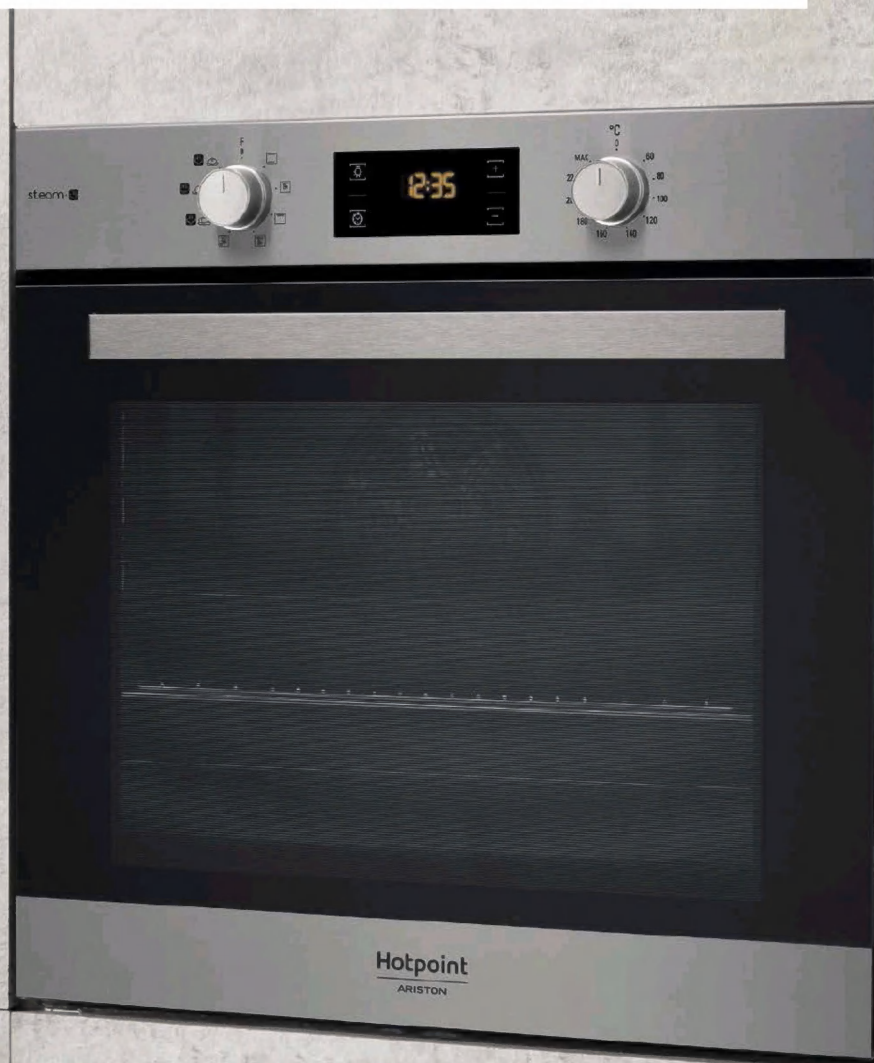
**AL PARCO  
O IN UFFICIO?  
I PRANZI PRONTI  
PIÙ GHIOTTI E VELOCI**



# Hotpoint

## NUOVO FORNO MULTIFUNZIONE CON GENTLE STEAM

Triplica il gusto con un tocco di vapore.



steam • 

Triplica il gusto  
con un tocco di vapore.

Ami il piacere del cibo e della convivialità ma sei anche attenta al tuo benessere e all'alimentazione? Da oggi puoi prenderti cura di chi ami e realizzare piatti appetitosi, leggeri e creativi per un'alimentazione sana ed equilibrata, senza rinunciare al gusto. Nasce il nuovo **forno multifunzione con funzione Gentle Steam** di Hotpoint che sfrutta tutte le potenzialità del vapore unite alle funzioni tradizionali, per risultati impeccabili, sia in termini di cottura che di sapore.

### TECNOLOGIA GENTLE STEAM

La funzione Gentle Steam abbina la potenza del vapore alla cottura tradizionale garantendo il livello di umidità e aria calda ottimale per realizzare ogni tua ricetta. Basta versare acqua sul fondo della cavità e avviare il forno. Gli algoritmi specifici modulano perfettamente i parametri dei **3 programmi Gentle Steam** per trasformare l'acqua in vapore e mantenere le performance di cottura ideali.



**PANE.** Il vapore durante la cottura favorisce la lievitazione del pane in un perfetto equilibrio tra friabilità e volume. Regala ai tuoi prodotti da forno una crosta più uniforme e croccante, con un bellissimo color dorato.



**CARNE.** L'aria calda tende ad assorbire l'acqua contenuta negli alimenti. Grazie al vapore, arrosto, roastbeef e pollo saranno incredibilmente succulenti e dorati.



**PESCE.** Il segreto della gustosità del pesce è racchiuso nella sua polpa delicata. Evita di utilizzare fogli di alluminio e coperchi: il vapore in cottura mantiene l'interno del pesce morbido e l'esterno perfettamente croccante.



Nei pascoli del Giura svizzero  
nasce l'aroma intenso del Tête de Moine DOP.



www.tetedemoine.ch

**TÊTE DE MOINE**  
FROMAGE DE BELLELAY

Prodotto fin dal XII secolo nel Monastero di Bellelay, il Tête de Moine DOP mantiene ancora oggi lo stesso sapore del genuino latte di montagna. Il suo gusto si esalta se tagliato con un apposito strumento chiamato Girolle per creare deliziose rosette di formaggio che si sciolgono in bocca.

Perfetto con l'aperitivo oppure come prelibato spuntino, il Tête de Moine DOP diventa protagonista raffinato e inconfondibile nei momenti di convivialità.

LATTE 100% SVIZZERO

SENZA CONSERVANTI NÉ ADDITIVI

SENZA GLUTINE

NATURALMENTE PRIVO DI LATTOSIO



Svizzera. Naturalmente.

**Formaggi dalla Svizzera.**   
www.formaggisvizzeri.it

Editoriale

## Quando veloce vuol dire buono

**M**entre studiavo, con la mia compagna Antonella, per pranzo preparavamo sempre – al posto del grande classico da ventenni che era lo spaghetti con il tonno o aglio, olio e peperoncino – una pasta corta molto veloce, proprio perché eravamo molto impegnate con i libri. Lei era figlia di una ristoratrice piacentina (a proposito, non ti vedo da allora, tutto bene?) e mi aveva sorpresa con questo piatto di casa sua divenuto poi un classico anche per noi: farfalle, panna, limone e dragoncello secco o fresco. Nel tempo in cui cuoceva la pasta, circa 13 minuti, tra una norma e un'obbligazione, Antonella addensava la panna sul fuoco e ci spruzzava dentro mezzo limone, poi aggiungeva una generosa dose di dragoncello. L'ho riproposta in redazione tra lo scetticismo generale grattandoci sopra anche un po' di scorza e invece è... buon! Studenti sotto esame e voi cari lettori e lettrici che arrivate a casa tardi e avete voglia di premiarvi con qualcosa di gustoso (basta ricordarsi di comprare la panna e il dragoncello), e in ogni caso tutti voi che avete semplicemente fretta, regalatevi un primo piatto *stranomabuono* (anche in versione alleggerita con la ricotta). Poi se non avete avuto neanche il tempo di fare la spesa (succede), sfogliate questo numero di maggio fino alla rubrica «Con quel che c'è». Trovate delle ricette deliziose realizzate con quanto normalmente si tiene in casa: farina, salsa di pomodoro, patate, peperoncino, riso, aglio, olio extravergine di oliva, senape... ce li avete vero? In caso di risposta negativa, trovate la nostra lista per la dispensa perfetta a prova di supermercato chiuso!



**Maddalena Fossati Dondero**

mfossati@lacucinaitaliana.it  
instagram.com/maddafox

 FACEBOOK.COM/LACUCINAITALIANA  
 INSTAGRAM.COM/LACUCINAITALIANA  
 TWITTER.COM/CUCINA\_ITALIANA

### La filosofia che ci guida dal 1929

Ogni piatto nasce dalla nostra cucina in redazione, una cucina di casa propria come la vostra. Un cuoco lo pensa e lo realizza, e un redattore ne segue tutti i passaggi, per raccontarvi nel dettaglio che cosa dovete fare per replicarlo. E dopo averlo fotografato lo assaggiamo e verifichiamo che sia all'altezza delle vostre aspettative.

### La posta dei lettori

Ci è arrivata una busta che conteneva una poesia firmata Mary. Dolce, solitaria, malinconica. Abbiamo cercato di trovare la nostra lettrice senza successo. Mary, vieni a trovarci quando vuoi!

*Santina 6/3/2018*  
*Alla ricca redazione della Cucina Italiana*  
*Solitudine*  
*quando sono sola, nei giorni di festa,*  
*perle importanti, Malak o Perlaquato,*  
*l'aria nella mia casa, c'è tutto il mio mondo.*  
*Un po' di sole, e io mi guardo allo specchio.*  
*Sono molto stanca, e non mi dà pace niente,*  
*alzo le ante della libreria,*  
*come se tra le righe di un libro,*  
*potessi rivivere, che quasi bambino,*  
*l'aria, quella brezza mi ha fatto dimenticare*  
*l'età, non mi dà pace, non dà il mio tempo.*  
*Vi sto parlando della mia passione,*  
*il momento della Cucina Italiana,*  
*che riesce sempre a farmi compagnia,*  
*e mi fa parlare, quando sono sola,*  
*mi riporta indietro nel tempo*  
*dove tutto era bello e radioso.*  
*Quando cucinavo, per tenermi compagnia.*



# sommario

- 3 **Editoriale**  
9 **Notizie di cibo**  
Indirizzi, aperture,  
oggetti e novità per  
amanti della buona tavola  
16 **Goloso chi legge**  
Una boccata d'aria  
18 **Belle maniere**  
Pranzo d'affari  
al femminile  
20 **Storie di famiglia**  
Gente di una certa pasta.  
Barilla  
72 **Missione colore. Missoni**  
24 **La lettrice in redazione**  
Un dolce progetto  
28 **Classici regionali: Lazio**  
Pollo grilletto  
30 **Artigiani**  
I formaggi son desideri.  
Caciotte e yogurt  
nell'azienda agricola Zoff  
32 **Per la sposa**  
Bouquet da mangiare  
36 **Pause pranzo**  
Parco o scrivania?  
70 **Pane, amore & bufala.**  
Eccellenze Campane  
a Milano  
38 **Vita da cuoca**  
La dama di Caserta.  
Rosanna Marziale

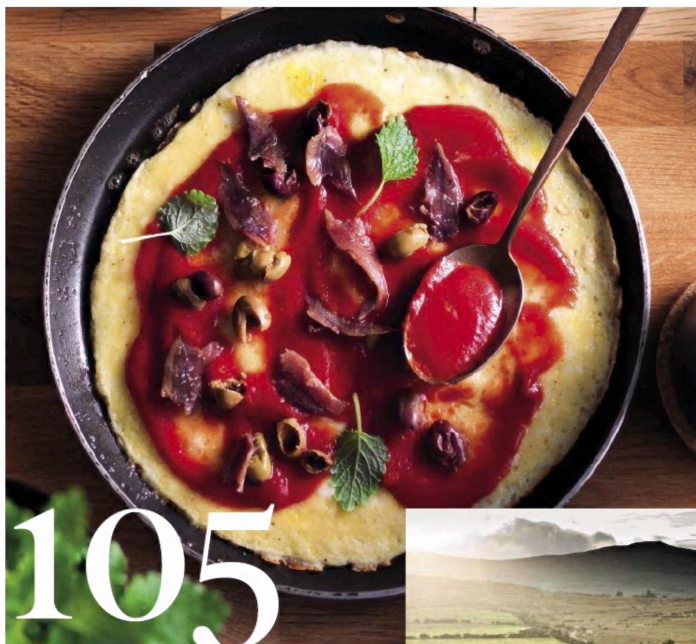
## Il Ricettario

- Piatti tutti nuovi,  
semplici e ricercati  
44 **Antipasti**  
47 **Primi**  
51 **Pesci**  
53 **Verdure**  
58 **Carni e uova**  
62 **Dolci**  
65 **Carta degli abbinamenti**  
66 **Dispensa dei prodotti**

- 78 **Cosa si mangia  
e si beve sull'Etna**  
Dalla lava nascono i sapori

## Speciale Pasta

- 86 **La più amata  
dagli Italiani**  
94 **Buona senza segreti**  
96 **Non di solo grano**  
98 **Cotto & scolato**  
100 **Italians**  
Il cuoco e l'ambasciatore  
104 **Con quel che c'è**  
All'ultimo momento  
108 **Che cosa si mangia  
nel capoluogo  
piemontese**  
Il cielo sopra Torino



- 116 **Le ricette delle nonne**  
Mamma, raccontami  
di quella sera a cena  
120 **Cosa si mangia  
in Irlanda**  
Dove l'erba sa di mare

## La Scuola

- Per scoprire novità  
e tendenze e imparare  
tecniche e segreti  
129 **L'oggetto misterioso**  
130 **A lezione dai nostri  
cuochi** Pasta fresca  
131 **Fatto in casa**  
Con i fiori del sambuco  
132 **Principianti in libertà**  
Mamma, ho fame!  
133 **L'ingrediente**  
Quel mazzolin di erbe

## Guide

- 134 **Indirizzi**  
135 **L'indice dello chef**  
136 **Misure**  
Menu



## LA GRANDE CUCINA A CASA TUA

con GrandCHEF, la nuova linea di utensili, tessuti e pentolame che ti aiuterà ad attrezzare la tua cucina come quella di un ristorante stellato. Dall'accessorio più indispensabile al più sofisticato: dal colino alla frusta, dal macina spezie al grembiule, dalla padella che va anche in forno e sul piano a induzione allo spremiagrumi. Belli, solidi, affidabili, facili da usare, sempre lucenti, proprio da chef. Anzi, da

## GrandChef



**tescoma.**

la passione in cucina.

f t i s s e s www.tescoma.it 800777546





## VI ASPETTIAMO IN EDICOLA OGNI MESE

Per scrivere alla redazione:  
[cucina@lacucinaitaliana.it](mailto:cucina@lacucinaitaliana.it)  
 oppure La Cucina Italiana,  
 Piazza Castello 27, 20121 Milano.  
 Tel. 0285611



## SIAMO ANCHE IN DIGITALE

Potete acquistare la copia singola o l'abbonamento in edizione digitale sulla App LA CUCINA ITALIANA disponibile su Apple Store e Google Play.

## PER ABBONARSI

[www.abbonamenti.it/r/10377](http://www.abbonamenti.it/r/10377)  
 oppure chiamate il 199 133 199

(Il costo della telefonata per apparecchi fissi da tutto Italia è di 1,88 centesimi di euro al minuto + iva senza scatto alla risposta. Da cellulare i costi sono legati all'operatore utilizzato).

## IL SITO

Scoprite i video e i contenuti aggiuntivi de La Cucina Italiana e cercate la vostra ricetta preferita tra le tantissime che pubblichiamo ogni giorno su [lacucinaitaliana.it](http://lacucinaitaliana.it)

## I SOCIAL

Seguici su  
[facebook.com/LaCucinaitaliana](https://facebook.com/LaCucinaitaliana)  
[instagram.com/LaCucinaitaliana](https://instagram.com/LaCucinaitaliana)  
[twitter.com/Cucina\\_Italiana](https://twitter.com/Cucina_Italiana)



## LA CUCINA ITALIANA LA SCUOLA

Si trova a Milano in via San Nicola 7 (angolo piazza Cadorna). Non perdetevi i nostri corsi di cucina e di pasticceria, per principianti ed esperti. E scoprite i nostri team building culinari dedicati alle aziende. Vi aspettiamo!

[scuola.lacucinaitaliana.it](http://scuola.lacucinaitaliana.it)

# LA CUCINA ITALIANA

QUALITY IS OUR BUSINESS PLAN

Ci accontentiamo semplicemente del meglio e creiamo i migliori prodotti editoriali. Per questo abbiamo La Cucina Italiana, da quasi 90 anni la guida più autorevole nel mondo del gusto e della tradizione italiana, AD, che da oltre 30 anni racconta le più belle case del mondo, e Traveller, viaggi straordinari accompagnati da eccezionali reportage fotografici per viaggiare comodamente dalla poltrona di casa. Tradotto in una parola, Qualità. In due parole, Condé Nast.

N. 05 - Maggio 2018 - Anno 89\*

Direttore Responsabile  
MADDALENA FOSSATI DONDERO

Art Director  
BRENDAN ALTHORPE

Caporedattore  
MARIA VITTORIA DALIA CIA

Web Editor  
SABINA MONTEVERGINE

Contributing Editor  
FIAMMETTA FADDA

Redazione  
LAURA FORTI (redattore esperto) - [lforti@lacucinaitaliana.it](mailto:lforti@lacucinaitaliana.it)  
ANGELA ODONE - [aodone@lacucinaitaliana.it](mailto:aodone@lacucinaitaliana.it)  
SARA TIENI - [stieni@lacucinaitaliana.it](mailto:stieni@lacucinaitaliana.it)  
RICCARDO ANGIOLANI (redazione testi web) - [rangiolani@condenast.it](mailto:rangiolani@condenast.it)

Ufficio grafico  
RITA ORLANDI (capo ufficio grafico)  
FRANCESCA SAMADEN

Photo Editor  
ELENA VILLA

Cucina sperimentale  
JOLLE NÉDERLANTS

Styling  
BEATRICE PRADA (consulenti)

Segreteria di Redazione  
VIRGINIA RIZZO - [cucina@lacucinaitaliana.it](mailto:cucina@lacucinaitaliana.it)

Cuochi  
BRENDAN ALTHORPE, SERGIO BARZETTI, DAVIDE BROVELLI, JOLLE NÉDERLANTS,  
DARIO PIZZETTI, SAURO RICCI, GIOVANNI TRAVERSONE

Hanno collaborato  
MARINA BAUMGARTNER, FILIPPO CERRINA FERONI, SARA MAGRO,  
ROSA PEMPINELLO, STUDIO DIVA (REVISIONE TESTI),  
VALENTINA VERCELLI, ROBERTO ZICHITTELLA

Per le immagini  
AG. 123RE, AG. CONTRASTO, AG. SIME, MASSIMO BIANCHI, CLAUDIO BONOLDI,  
GIACOMO BRETZEL, MATTEO CARASSALE, JAKOS GRAPOW, ANDREA GUERMANI, ROBERT HOLDEN,  
RICCARDO LETTIERI, JACOPO SALVI, MONICA VINELLA

Direttore Editoriale e Comunicazione Corporate LUCA DINI

Direttore Generale Sales & Mktg FRANCESCA AIROLDI  
Sales & Marketing Advisor ROMANO RUOSI

Advertising Manager FEDERICA METTICA  
Responsabile Content Experience Unit VALENTINA DI FRANCO. Responsabile Digital Content Unit SILVIA CAVALLI

Digital Sales Director: CARLO CARRETTONI Direttore. Moda e Oggetti Personali: MATTIA MONDANI Direttore  
Beauty: MARCO RAVASI Direttore. Grandi Mercati: MICHELE ERCOLINI Direttore. Arredo: CARLO CLERICI Direttore  
Triveneto, Emilia Romagna, Marche: LORIS VARO Area Manager  
Toscana, Umbria, Lazio e Sud Italia: ANTONELLA BASILE Area Manager  
Mercati Esteri: MATTIA MONDANI Direttore  
Uffici Pubblicità Estero - Parigi/Londra: ANGELA NEUMANN  
New York: ALESSANDRO CREMONA. Barcellona: SILVIA FAURO. Monaco: FILIPPO LAMI

EDIZIONI CONDÉ NAST S.p.A.  
Presidente Giampaolo Grandi  
Amministratore Delegato Fedele Usai  
Direttore Generale Domenico Nocco

Vice Presidente Giuseppe Mondani. Direttore Centrale Digital Marco Formento  
Direttore Circulation Alberto Cava. Direttore Produzione Bruno Morana  
Direttore Risorse Umane Cristina Lippi. Direttore Amministrazione e Controllo di Gestione Luca Roldi  
Branded Content Director Raffaele Buda. Digital Marketing Manuela Muzzo. Social Media Roberta Cianetti  
Digital Product Director Pietro Turi. Head of Digital Video Rachel Willig  
Digital CTO Marco Viganò. Enterprise CTO Aurelio Ferrari  
Digital Operations e Content Commerce Director Roberto Albani

Sede: 20123 Milano, piazzale Luigi Cadorna 5 - tel. 0285611 - fax 028055716. Padova, via degli Zibarelli 113, tel. 0498455777 - fax 0498455700.  
Bologna, via Carlo Farini 13, Palazzo Zambecari, tel. 0512750147 - fax 051222099. Roma, via C. Monteverdi 20, tel. 0684046415 - fax 068079249.  
Parigi/Londra, 3 Avenue Hoche 75008 Paris - tel. 01 331 53436975. New York, Spring Place 6, St John Lane - New York NY 10013 - tel. 2123808236.  
Barcellona, Plaça de Gràcia 8/10, 3° 1a - 08037 Barcelona - tel. 0034932327041 - fax 0034932327041.  
Monaco di Baviera, Eisenstrasse 5b - 82031 Grünwald - Deutschland - tel. 0049-89-21578970 - fax 0049-89-21578973.



## COOKING CHEF Gourmet

## L'ECCELLENZA IN CUCINA.

Kenwood presenta il nuovo Cooking Chef Gourmet, l'élite delle sue Kitchen machine. L'unica impastatrice planetaria con cottura a induzione che oggi cuoce fino a 180° per creare infinite ricette: dalla cottura lenta fino alla cucina wok. Il nuovo display intuitivo include 24 programmi automatici professionali per rendere più semplici le fasi di preparazione: dagli impasti dolci o salati ai risotti, dalle salse alle meringhe, dalle composte alle gelatine con Cooking Chef Gourmet non ci saranno più limiti in cucina.



Vai sul sito [cookingchef.net](http://cookingchef.net) e configura il tuo nuovo Cooking Chef Gourmet: scegli fra oltre 20 accessori e potrai ricevere un'offerta esclusiva dedicata a te.



KENWOOD



# MILLEFOGLIE D'ITALIA *Bocconcini*

*La felicità è condividere la felicità.*

Quando 192 pieghe di sfoglia incontrano la cremosità del cioccolato nasce un pasticcino così delizioso che devi dividerlo con chi ami.



Dolcezza al femminile.

[www.matildevicenzi.it](http://www.matildevicenzi.it)



Indirizzi, aperture, oggetti e novità per amanti della buona tavola

# notizie di cibo



## Aperitivo di primavera

Complici l'aria tiepida e le giornate che si allungano è impossibile resistere alla voglia di cocktail. Ecco le nostre proposte, firmate Drinkable Berebeneovunque, da replicare (e sorseggiare) a casa.  
In alternativa, andate a provarle al nuovo Pandenus-Gae Aulenti di Milano, affacciato sul parco comunale La Biblioteca degli Alberi. [pandenus.it](http://pandenus.it)

**La petite rouge**  
Versate 3 cl di infuso di karkadè, 4 cl di gin, 3 cl di succo di lime e 2 cl di sciroppo di zucchero nello shaker con ghiaccio e shakerate. Filtrate in un calice e servite decorando con petali di rosa.

**Flower power**  
Miscelate nel bicchiere 4 cl di succo di lychee con 2 cl di succo di bergamotto, unite abbondante ghiaccio, quindi colmate con 8 cl di soda al pompelmo rosa. Decorate con i fiori eduli e servite.

**Citrus**  
Versate in un bicchiere lungo e stretto 5 cl di succo di arancia, 3 cl di pompelmo e 2 cl di limone; riempite con ghiaccio e colmate con 8 cl di cedrata. Mescolate e decorate con una fetta di cedro.





### Macché brunch!

La Terrazza Gallia, il ristorante panoramico dell'**Excelsior Hotel Gallia** di Milano, al posto del brunch propone «La domenica italiana», un pranzo con tutti i classici della tradizione preparati dai cuochi Vincenzo e Antonio Lebono in collaborazione con i fratelli Cerea (del ristorante Da Vittorio a Brusaporto, vicino a Bergamo). Dal ragù di ossobuco al risotto alla milanese... [gnam1terrazzagallia.com](http://gnam1terrazzagallia.com)

## Una città da assaggiare

Torna l'appuntamento che avvicina ai cittadini il meglio della ristorazione di Milano

**G**randi ristoratori, grandi piatti, piccoli prezzi (6-10 euro). È questa la formula vincente di **Taste of Milano**, giunto alla nona edizione: dal 10 al 13 maggio, al The Mall in Porta Nuova, 11 cuochi (tra cui Andrea Berton e Claudio Sadler) preparano 4 piatti ciascuno. In una dodicesima cucina ci saranno per la prima volta «I Maestri in Cucina Ferrarelle», pizzaioli e grandi chef che collaborano alla creazione di piatti, per una nuova esperienza di gusto. Oltre agli assaggi, sono previste molte altre esperienze: cocktail, vino, birra, mini corsi di fotografia, Vip Lounge e Area Kids con laboratori di cucina. [tasteofmilano.it](http://tasteofmilano.it)



### La fiera delle buone novità

Volete scoprire tutti i prodotti che saranno in vendita nei prossimi mesi? Assaggiarli, sentire come e perché sono nati e magari vederli cucinati da grandi cuochi? Allora dal 7 al 10 maggio l'appuntamento è a Parma per visitare la 19ª edizione di **Cibus**, il Salone Internazionale dell'Alimentazione, organizzato da Fiere di Parma e Federalimentare. [cibus.it](http://cibus.it)



**Tutti in colonna**

Composta da tre elettrodomestici che si integrano perfettamente, la colonna **Sous Vide** di **Rosières** è pensata per chi cerca un risultato professionale anche in casa. Cassetto sottovuoto, forno a vapore e abbattoire concentrati in poco spazio, per cucinare prima e conservare poi. [candy.it](http://candy.it)

FOTO GIACOMO BRETZEL, CLAUDIO BONOLDI



### Nel mare di Sardegna

Sulla piccola isola di San Pietro, nel sud della Sardegna, si trova una delle poche tonnare ancora attive nel Mediterraneo, in funzione dal 1738. Carloforte, «capoluogo» dell'isoletta, ospita dal 24 al 27 maggio la 16ma edizione di **Girotonno**, rassegna dedicata alla valorizzazione dell'antica cultura che ruota intorno a tonni e tonnare: showcooking, concerti, approfondimenti e una gara internazionale di tonno, con una giuria presieduta da Enzo Vizzari. [girotonno.it](http://girotonno.it)

### L'Italia più dolce a Dubai

La pasticceria **Cova**, indirizzo storico di via Montenapoleone a Milano, inaugurato da Antonio Cova nel 1817 e ritrovo abituale di Giuseppe Verdi e Giacomo Puccini, porta i suoi celebri dolci anche a Dubai, nella nuova estensione della Fashion Avenue all'intero del Dubai Mall. Anche nel Golfo, è arrivato il famoso panetton [covamilano.com](http://covamilano.com).



### Un fiore aiuta

È sempre un bel pensiero per festeggiare, soprattutto se serve a sostenere **Airc**, l'Associazione Italiana per la Ricerca sul Cancro. Domenica 13 maggio, festa della mamma, l'**Azalea della Ricerca** torna in 3.700 piazze italiane: 580.000 piantine saranno distribuite dai volontari (per una donazione di 15 euro l'una) insieme con una guida sulla salute in rosa. [airc.it](http://airc.it)





## Ci vediamo in Cucina!

Durante Milano Food City ci saremo anche noi de La Cucina Italiana. Per incontrare i lettori e raccontare come nasce il giornale, come si organizza la buona spesa, come si apparecchia la tavola con stile

**S**iete curiosi di sapere come vengono ideati i piatti della nostra rivista? Come li cuciniamo e fotografiamo? Dal 7 al 12 maggio, all'interno di **Milano Food City** (7-13/05) la redazione de La Cucina Italiana, con il Patrocinio del Comune di Milano, aprirà le porte per voi. Negli spazi della nostra Scuola, in piazza Cadorna a Milano, potrete assistere inoltre a showcooking e lezioni di esperti per scoprire come fare la spesa perfetta, come si cucina per i bambini, come ci si orienta in una dieta alternativa. Vi racconteremo che cos'è il Manifesto de La Cucina Italiana Felice. E ci intratteremo con voi in aperitivi a tema, da quello social a quello regionale. Iscrizioni su [scuola.lacucinaitaliana.it](http://scuola.lacucinaitaliana.it).



## Capitale del gusto

Le sette virtù del cibo, degustazioni, arte, e un «carrello solidale» pieno di cose da condividere con chi ha di meno: due protagonisti della kermesse milanese svelano che cosa ci aspetta in città

### CRISTINA TAJANI

Assessore a Politiche del lavoro, Attività produttive, Commercio e Risorse Umane del Comune di Milano

Che cos'è la Milano Food City?

«Giunta alla seconda edizione, è un appuntamento con cui la Fiera internazionale TuttoFood e il Comune di Milano celebrano il cibo italiano, contrastano lo spreco e fanno cultura alimentare. Torna, per esempio, *Più siamo più doniamo*: 6 bilance sparse per la città permetteranno a chi lo vorrà di pesarsi. Il Comune convertirà il loro peso in derrate alimentari per i più bisognosi e saranno distribuite a Caritas, Pane Quotidiano e Banco Alimentare».

Novità di quest'anno?

«Il tema sono le sette virtù del cibo: gusto, incontro, energia, diversità, nutrizione, risorsa e gioco. Questi temi animeranno l'intera città, dal centro storico alle periferie. Avremo il contributo della Fondazione Umberto Veronesi, per insegnare una nutrizione più sana. Tra le iniziative, *Campagna Amica*: ogni giorno, dalle 9 alle 20, 50 aziende lombarde proporranno, intorno a Piazza Castello, il meglio dell'agricoltura lombarda. Le periferie verranno animate da proiezioni multimediali di mostre d'arte (tra cui quella di Frida Kahlo)

e dal migliore cibo di strada lombardo».

Che cos'è oggi, secondo lei, la cucina italiana felice?

«Una cucina che abbina riscoperta del territorio, tradizione e innovazione». [milanfoodcity.it](http://milanfoodcity.it)

### FEDERICO GORDINI

Presidente e ideatore di Milano Food Week

Che cos'è la Milano Food Week?

«Una manifestazione nata 9 anni fa, quando facevo parte del Comitato giovani imprenditori di Expo 2015. Una sorta di fuorisalone dell'enogastronomia organizzato dalla Società Lievita, di cui sono Direttore Creativo, con il patrocinio del Comune di Milano».

Novità di questa edizione?

«Il tema sarà *Il carrello della Spesa*, un fil rouge in grado di abbracciare 7 cucine tematiche disseminate per la città, animate da cuochi, influencer del cibo e produttori. Il tutto si tramuterà in una grande raccolta solidale di prodotti per aiutare alcune associazioni caritatevoli, tra cui Solidando, Caritas Ambrosiana ed Equoevento. Nei



weekend del 5-6, e 12 e 13 maggio sarà effettuata una raccolta di alimenti in 10 supermercati Pam di Milano. Saranno in vendita inoltre 12 «carrelli d'artista». Tramite l'app di food delivery Glovo inoltre, saranno in vendita, a fine benefico, delle playlist della spesa per preparare a casa le ricette degli chef dei nostri showcooking».

Che cos'è oggi, secondo lei, la cucina italiana felice?

«Una cucina in grado di raccontare la grande biodiversità italiana attraverso i suoi prodotti alimentari tipici. Una cucina che mostri il volto dei nostri produttori». [milanfoodweek.com](http://milanfoodweek.com).

FOTO ROBERT HOLDEN



# ENJOY THE DIFFERENCE

## PIZZA GOURMET

state-of-the-art selection of the finest Italian wheats, exclusively grown close to our mill with sustainable integrated pest control techniques, then perfectly sorted and stone milled

## PIZZA CLASSIC

state-of-the-art selection of the finest Italian and European wheats, skillfully blended following the ancient knowledge of Quaglia's millers, then perfectly sorted and grind-milled



We are at **CIBUS 2018**  
**PAVILION 5 / STAND I 058**

[www.molinoquaglia.com](http://www.molinoquaglia.com)  
+39 0429 649110

official flour







## In Svizzera con i grandi cuochi

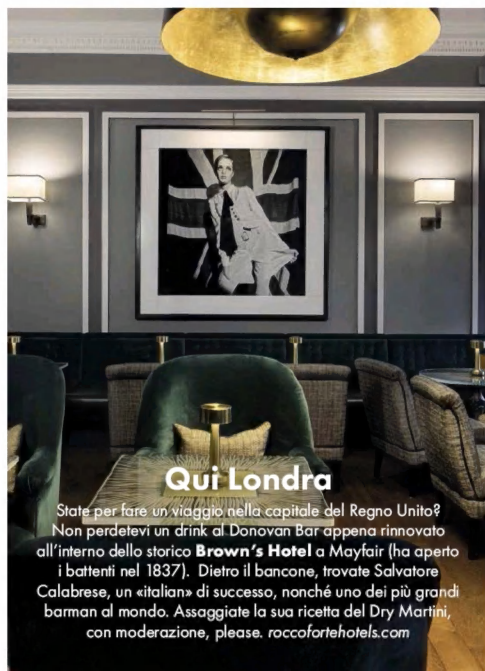
Giro del mondo a tavola alla dodicesima edizione del festival gastronomico Saponi Ticino

**S**ono 17 le cene che caratterizzeranno questa edizione di **Saponi Ticino**, il festival gourmet internazionale che ogni anno porta in Svizzera tutti i cuochi più rinomati. Sparsi per il Cantone, dal 29 aprile al 17 giugno potremo assaggiare le cucine del globo: al Seven Lugano The restaurant ci sarà quella indiana di Gagan Anand, dell'omonimo ristorante di Bangkok, n. 1 al mondo per tre anni consecutivi secondo Asia's 50Best Restaurants. Bisognerà salire a 1700 metri d'altezza fino al bellissimo ristorante rifugio Fiore di Pietra (qui accanto) sul Monte Generoso per gustare i sapori italiani di montagna di Norbert Niederkofler (sopra) del St. Hubertus di San Cassiano, nuovo trisstellato della guida Michelin. E ancora da Ciani a Lugano ci saranno i piatti francesi di Emmanuel Renaut (a sinistra) del Flocons de Sel di Megève. [ticino.ch](http://ticino.ch).



## Mordiamoci le labbra

Sono gustosi (ma non vanno proprio mangiati) questi baume di **Sephora** a base di anguria, cocco, kiwi, ciascuno con una funzione specifica: idratante, esfoliante, emolliente... 4,90 euro [sephora.it](http://sephora.it).



## Qui Londra

State per fare un viaggio nella capitale del Regno Unito? Non perdetevi un drink al Donovan Bar appena rinnovato all'interno dello storico **Brown's Hotel** a Mayfair (ha aperto i battenti nel 1837). Dietro il bancone, trovate Salvatore Calabrese, un «italiano» di successo, nonché uno dei più grandi barman al mondo. Assaggiate la sua ricetta del Dry Martini, con moderazione, please. [roccofortehotels.com](http://roccofortehotels.com)



## Avvistati Stuart e Dave

I Minions affrontano, questa volta, una missione «buonissima»: scegliere solo pomodori italiani per il Tomato Ketchup **DeVeley** e solo uova da galline allevate a terra per la Maionese. Né conservanti, né esaltatori dei sapori, né glutine. Operazione riuscita. [develey.it](http://develey.it)

FOTO IANOS GRAPOW

# Lavaremondare-mantecareimpa-starefrullarespez-zettaretritarero-solaresbollentare-dorarelievitare.

Oppure in 20 secondi netti, stupisci tutti.



Il modo migliore per celebrare l'alta cucina? Prendersi una pausa dall'alta cucina e concedersi in pochi secondi un momento Crêpan. Pancakes, Crêpes, Quadrotti e Croissant sono il modo più veloce e gustoso di soddisfare tutti gli affamati di novità.

I prodotti Crêpan li trovi nel banco frigo del tuo supermercato. [www.crepan.it](http://www.crepan.it) - seguici su [f](https://www.facebook.com/crepan) [i](https://www.instagram.com/crepan)



Lo voglio, lo faccio.





## UNA BOCCATA D'ARIA

I prati sono più verdi che mai e cresce il desiderio di stare all'aperto. Ecco quello che serve, secondo **Angela Odone**: una coperta, ricette che sanno di primavera e un romanzo da leggere sotto le frache



### Insalata di mango e tacchino alle erbe aromatiche

#### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g petto di tacchino – 150 g insalata mista  
5 ravanelli – 1 mango maturo grande  
1 spicchio di aglio – rosmarino – timo  
maggiorana – olio extravergine di oliva  
sale – pepe

**Tritate** le erbe aromatiche sfogliate, con l'aglio e riunite tutto in una ciotola con olio, sale e pepe.

**Tagliate** il petto di tacchino a fette sottili, mettetelo nella ciotola e fatelo marinare coperto per circa 1 ora in frigo.

**Sbucciate** il mango, tagliatelo a dadini, mescolatelo con l'insalata e i ravanelli a fettine e condite con olio e sale.

**Scalate** il tacchino dalla marinata e grigliatelo su una piastra rovente su entrambi i lati.

**Completate** l'insalata con il tacchino tiepido tagliato a pezzi.



#### IL VELO DORATO

È quello della sfoglia di pasta fresca, che ciascuno di noi aspira a «tirare» sottilissima almeno una volta nella vita. Dalle tagliatelle ai ravioli, le ricette sono illustrate passo passo.

**Mi piace perché** sa di feste in famiglia. P. Zanotti, *Pasta fresca, Bibliotheca Culinaria*, 13,90 euro



#### PASSIONI A LISBONA

Uno scrittore e una cameriera, l'oceano, il fado e il bacalhau. Ecco gli ingredienti indispensabili per una storia avvincente e romantica.

**Mi piace perché** non manca un pizzico di suspense. Alessio Romano, *D'amore e baccalà*, EDT, 8,90 euro



#### OLTRE IL CESTINO

Volete allestire un picnic che lascerà tutti senza parole?

Tema pirati, elfi o Mago di Oz non fa differenza, seguite i consigli di Antonella Guzzardi, in arte Cynara Flair, e divertitevi. **Mi piace perché** c'è la «check list picnic», ovvero quello che non deve mancare mai. A. Guzzardi, *Il favoloso mondo del picnic*, Gribaudo, 14,90 euro

FOTO RICCARDO LETTIERI



COSTADORO



NASCONO DAI VIGNETI DEL **PICENO**,  
ACCAREZZATI DALLA BREZZA DEL **MARE**  
E PRODOTTI NEL PIENO  
**RISPETTO DELL' AMBIENTE**

Da questa CONCEZIONE-GREEN hanno origine VINI BIOLOGICI in grado di incontrare le esigenze del consumatore più attento alla qualità e alla salvaguardia dell'ecosistema naturale. Il vino rosso biologico ROSSO PICENO SUPERIORE IL CARDINALE D.O.P. è la migliore espressione di una filosofia che unisce tradizione e innovazione... un'esplosione di aromi che coinvolge i sensi.

www.vinicostadoro.com | seguici su  



# PRANZO D'AFFARI AL FEMMINILE

Anche se oggi le donne disinvolve negli incontri di lavoro sono molte, l'invito al ristorante richiede una regia attenta. Per minimizzare i rischi e portare a casa i risultati

di FIAMMETTA FADDA

**C**he l'ospite sia un lui o una lei è irrilevante. L'approccio morbido ad alta preparazione e basso testosterone è quello vincente. Ecco i fondamentali da non dimenticare.

## Conosci il tuo pollo

Regola numero uno: non spostare l'ospite dalla sua zona di comfort psicologico. Una telefonata esplorativa alla segretaria, a un comune conoscente o a un collega di lavoro (carriera, sport prediletti, gusti a tavola), oltre a un controllo in rete, eviterà di portare un vegetariano nel ristorante di cacciagione o un ebreo osservante al paradiso del maiale.

## L'abito fa la monaca

Capelli lucidi, mani perfette, trucco leggero, niente profumo. Le scollature suggestive, i tacchi vertiginosi, gli orecchini chilometrici sono no-no. Ma lo è anche l'uniforme. New York stila il codice: per finanza e studi legali tailleur e tailleur pantalone con décolletée a tacco alto; per il mondo della moda, cardigan con gonna e stivali bassi scamosciati; per le società informatiche, jeans con giacca firmata e borsa-culto.

## Mezzogiorno di cuoco

Il ristorante giusto è vicino all'ufficio e deve soddisfare quattro basilari esigenze: tavoli ben distanziati, trattamento da habitué (tavolo preferenziale d'angolo), menu

semplice ma interessante, servizio cortese e veloce. Nei Four Seasons di Milano e Firenze il menu per le colazioni d'affari offre due portate in 45 minuti, tre in 55 (39 e 48 euro). Ma, previa telefonata al maître, si ottiene dovunque la tempestività desiderata.



zona. Evitare comunque sfoggi di erudizione: inutile chiedere a un cinese se avverte il tipico profumo di violetta del suo Barolo, perché in Cina non esistono le violette.

## Il conto

Il modo più elegante è far mandare il conto in azienda. In alternativa si lascia al maître la carta di credito entrando e lo si avverte di tenere pronto il conto alla cassa in modo da poter controllare e firmare allontanandosi brevemente. La frase d'uso è «mi scusi un attimo», che può voler dire che la signora sta andando a far pipì o a espletare altre esigenze socialmente corrette.

## Avances. Se capita

Al suo vicino di tavolo alticcio che le sussurrava che l'avrebbe portata a letto volentieri, Margaret Thatcher notoriamente rispose: «La ringrazio, ma dubito che adesso sarebbe in grado di farlo». Trattandosi di un cliente, l'avance va lasciata cadere nel vuoto in modo che il messaggio arrivi senza creare imbarazzi. Se l'insistente non demorde, si declina sorridendo con una frase neutra del genere «ora siamo qui per lavoro...». Ma è un caso limite. La situazione molto più probabile e sgradevole è trovarsi a tavola con uomini che dicono buon appetito e parlano mentre masticano. Anche qui si sorride e si ignora.

## Il bicchiere giusto

Una buona competenza sui vini è un ottimo strumento di conversazione. Nei paesi anglosassoni a mezzogiorno ci si limita all'acqua (è elegante chiedere quale: Badoit, Evian, San Pellegrino?), ma a cena il vino è di rigore. Se l'ospite è un appassionato, gli si affida il compito, se non lo è, sceglie lei preferendo etichette della

# Tupperware®

*Micro Pro Grill*, il futuro diventa presente.



Il primo prodotto che griglia e gratina al microonde



FOTO R. LETTIERI

Numero Verde  
800-821053





# GENTE DI UNA CERTA PASTA

Dietro a un colosso dell'industria alimentare italiana ci sono tre fratelli. Ma di loro si sa poco perché, dice **Luca Barilla**, «si parla solo quando si ha qualcosa di importante da dire».

In fondo la storia si fa con i fatti.

E con un paio di miracoli

A cura di SARA TIENI, Foto GIACOMO BRETZEL

**A**rrivo agli stabilimenti della Barilla a Pedrignano, vicino a Parma. L'atmosfera fa molto «industria». I silos per il grano, i magazzini infiniti, gli uffici. Siamo nel quartier generale del marchio, leader mondiale per la produzione della pasta, uno stabilimento da 1,2 milioni di metri quadrati: il più grande esistente. Di familiare, penso, si respira poco. I numeri dell'azienda (8420 dipendenti nel mondo, 1.800.000 tonnellate di prodotti che arrivano sulle tavole di tutto il pianeta, per 13 marchi, tra cui Mulino Bianco, Voiello e Pavesi, 28 unità produttive per 3413 milioni di euro di fatturato) mi tornano in mente come le tabelline prima di un'interrogazione alle elementari: con una certa ansia. Dobbiamo incontrare Luca Barilla che gestisce, con i fratelli Paolo e Guido e l'amministratore delegato Claudio Colzani, il gruppo di Parma. Nell'attesa di Luca, ci ripetono i suoi impegni per la giornata. Arriva l'interessato e iniziano le sorprese. Al posto di un capitano d'industria con agenda-cronometro, si affaccia un uomo dai toni pacati che esordisce con un disorientante: «Sono Luca, piacere, a vostra disposizione per il tempo che volete». Membro della quarta generazione della Barilla, fondata da Pietro nel 1877 con una piccola bottega di pane e pasta, Luca, due figli, incarna senza forzature lo slogan più noto del marchio, quel «dove c'è Barilla, c'è casa», da anni nell'immaginario collettivo degli italiani. La chiacchierata si protrarrà per tutto il giorno tra la visita agli stabilimenti e un pranzo a base di pasta in formato 3D servito all'Academia Barilla, centro di eccellenza della cucina e della gastronomia del gruppo, che ha reso Parma una sorta di Silicon Valley del cibo.

**Luca, ha davvero tutto questo tempo?**  
«Cerco di prestare attenzione. Quello che mi ha colpito di Roger (Federer, protagonista con lo chef Davide Oldani dell'ultimo spot del marchio, ndr) è che non guarda mai l'orologio. E che gli importa veramente di quello che gli dice la gente. Tanti altri invece fanno solo finta di ascoltarli. Un giorno è venuto qui



Da qui sopra, in senso orario, un piatto di pasta prodotta da Barilla con la stampante 3D. Spaghetti durante l'essiccazione. Una locandina del marchio ideata da Erberto Carboni nel 1953. In basso, una foto del 1923 con i dipendenti. Nella pagina accanto, Luca Barilla, vicepresidente del gruppo, tra i silos di grano dello stabilimento di Parma.



a sorpresa. Ha parlato con tutti, firmato autografi. Alla fine del pomeriggio ci ha salutato: «Devo essere a casa in tempo per mettere a letto i miei bambini».

**Sembra un'immagine da famiglia del Mulino Bianco, un ideale per cui siete stati anche criticati. Esiste veramente?**

«Io sono di parte (ride, ndr). Pensi che mia moglie lavorava nello sviluppo dei nuovi prodotti della Mulino Bianco. Ci ho messo mesi prima di decidere di corteggiarla. La vita è già abbastanza dura. Avere degli ideali aiuta. Mio padre Pietro diceva "date da mangiare alla gente quello che dareste ai vostri figli". Da quel concetto noi fratelli siamo ripartiti: fare prodotti di qualità per il benessere delle persone e del mondo che le circonda».

**Che cos'altro le ha insegnato suo padre?**

«A parlare solo quando si ha qualcosa di importante da dire. Rilasciava poche interviste, anche se era un avido lettore di giornali. La sera commentavamo ad alta voce i pezzi di Indro Montanelli e di Enzo Biagi, suoi cari amici. Di noi fratelli sono quello che ha abitato più a lungo con lui: fino a 32 anni».

**Non dirà che era un «bamboccione»?**

«Tutt'altro. Più che altro con papà mi divertivo. Pratico e modesto, era anche un uomo aperto al mondo. Conosceva bene Mina, protagonista dei nostri spot, ed era tra i pochi a dare del tu a Enzo

Ferrari. L'ingegnere teneva la gente a distanza. Eppure da mio padre si faceva abbracciare: si rispettavano».

**A riacquistare l'azienda, ceduta in parte al gruppo americano W.R. Grace nel 1971, fu proprio suo padre.**

«Mio zio negli anni '60 vendette le sue quote. Fu un momento buio per mio padre. Poi, contro il parere di tutti si indebitò, ma nel 1979 tornò in possesso della sua azienda. Fu uno dei suoi due miracoli».

**L'altro qual è?**

«Riconquistare la mamma: lei lo lasciò

che Guido, Paolo e io eravamo piccoli. Ci mise anni, ma tornarono insieme. Fu allora che nacque mia sorella Emanuela. Aveva il mito della famiglia unita. Ed era sempre un passo avanti».

**Come si anticipano i tempi?**

«Con la ricerca. Guardi lo spaghetti n. 5: ne vendiamo 2 milioni di quintali all'anno. Sembra sempre uguale. Invece lo miglioriamo continuamente. Negli anni '50 riuscimmo a ottenere dalla federazione pastai quello che nel '67 divenne legge: che la pasta fosse fatta solo con grano duro».







Da sinistra, gli attori Giorgio Pasotti e Nicole Grimaudo, protagonisti, nei panni di una coppia di moderni agricoltori, nel nuovo spot di Mulino Bianco. Un ritratto di Luca Barilla. Dettaglio di un locale del mulino Barilla nello stabilimento di Pedrignano: attraverso questo intrico di tubi passano ogni giorno 700 tonnellate di semola.



Da poco avete debuttato con la pasta biologica: perché solo ora?

«I nostri prodotti, con tutti i controlli che devono superare, biologici lo sono già da tempo. Questa, se vuole, è un'ulteriore rassicurazione».

Con Mulino Bianco siete stati tra i primi a togliere l'olio di palma, tanto discusso. Questione di marketing?

«Di coerenza. Diversi anni fa, non potendo produrre il nostro olio di palma e certificarne la qualità, avevamo iniziato a studiare, in tempi non sospetti, come sostituirlo nelle ricette senza alterare il gusto dei prodotti».

Altri diktat?

«La trasparenza. I nostri ultimi stabilimenti sono progettati sempre più per accogliere i visitatori».

Sono virali i video in cui Bebe Vio, testimonial del marchio, intervista i vostri agricoltori. Alcuni stanno nei campi con il tablet: è reale?

«Sì, certo. Con la tecnologia si coltivano prodotti sempre più sani. Bebe ci aiuta a spiegarlo alla gente. Grazie a lei combattiamo la disinformazione che c'è in rete».

Anche Barilla è vittima di fake news?

«Come no? Tra le peggiori c'è quella che usiamo uova liofilizzate. Ogni anno usiamo circa 24.000 tonnellate di uova e di queste l'80% sono di galline allevate a terra. Alla fine, parlano i fatti».

Nel 2006 avete vinto il premio del Reputation Institute di New York per l'azienda con la miglior reputazione al mondo. Suona bene, ma che cosa vuole dire?

«Che per esempio siamo stati i primi a permettere il telelavoro ai dipendenti. Per ogni neo genitore in azienda c'è l'asilo pagato. Crediamo che una buona impresa debba sostenere la comunità. Il nostro slogan non a caso oggi è "buono per te, buono per il pianeta"».



## FUNZIONALE A TE

Pane Funzionale Salus® combina gusto naturale e benessere. Con **7 benefici nutrizionali**, è un alleato contro il colesterolo, ha pochi grassi, è ricco di fibre e proteine. Preparalo a casa aggiungendo solo l'acqua e riscopri il piacere del **pane buono e light**.

Distribuito da **Ruggeri**



[www.ruggerishop.it](http://www.ruggerishop.it)



@ruggerishop



# UN DOLCE PROGETTO

Se il vostro obiettivo è l'applauso, considerate che panna e caffè sono una grande accoppiata. Anna la rende vincente con una nota di cacao e una consistenza morbidissima

Testi LAURA FORTI, Foto RICCARDO LETTIERI, Styling BEATRICE PRADA



Alzata ASA Selection,  
piattini rosa Hay Design,  
tovaglia Zara Home.

**A**nna Bicego è di Milano, ha un cognome (e un nonno) veneto e un po' di sangue piemontese: riunisce in sé le tradizioni gastronomiche del Nord Italia e ha voluto portarcene un esempio che le è particolarmente caro. È una ricetta di Gigi Slittaccia, cuoco di una pizzeria di Ponte di Legno: «Ci andavamo spesso, Gigi amava inventare dolci e farli assaggiare ai clienti più affezionati. Oggi non c'è più, mi fa piacere ricordarlo». Titolare di uno studio di architettura nel centro storico di Milano, con l'amica e collega Maria Clara Bossi, Anna cucina da sempre per la sua famiglia, il marito e i due figli. «Col tempo, però, far da mangiare è diventato un divertimento: con un lavoro impegnativo come il mio, è un bel modo per distrarre la mente», racconta, «tanto che anche i miei figli si sono appassionati e oggi cucinano a loro volta. Del resto, quando ci si diverte è facile conquistare i bambini. E poi noto analogie con il mio lavoro... in fondo, anche ai fornelli si fanno progetti: ci sono obiettivi (una cena in famiglia, un pranzo in cui fare bella figura, un semplice spuntino), strategie di realizzazioni e budget da rispettare». E attenzione, ad Anna non piacciono le vittorie facili: nel suo lavoro, come in cucina, la sfida è più affascinante se riesce a ottenere un buon risultato anche senza... maniglie d'oro o caviale. «Per un piatto di alto livello può bastare una cipolla».

## Bavarese al caffè

**Impegno** Medio  
**Tempo** 1 ora più 14 ore di riposo

### INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE

**BASE**  
100 g zucchero  
30 g cacao amaro  
3 uova  
burro  
amido di mais

**BAVARESE**  
320 g panna fresca – 300 g latte  
100 g zucchero  
15 g gelatina in fogli  
4 tuorli  
2 cucchiaini di caffè solubile

**BASE**  
**1. Separate** i tuorli dagli albumi. Versate nei tuorli 60 g di zucchero e montateli finché non saranno spumosi. Montate



a neve gli albumi con lo zucchero rimasto. Aggiungete il cacao nei tuorli, mescolando delicatamente, quindi incorporatevi gli albumi.

**2. Imburrate** uno stampo a cerniera (ø 22 cm, h 6 cm) e «infarinatelo» con l'amido di mais. Versatevi il composto al cacao in uno strato uniforme e infornate a 180 °C per 15 minuti nel forno statico. Sfornate e lasciate raffreddare.

**BAVARESE**  
**Mettete** a bagno in acqua fredda i fogli di gelatina. Mescolate i tuorli con lo zucchero.

**3. Scaldate** il latte con il caffè, senza farlo bollire. Quando il caffè si sarà

sciolto, versate il latte a filo nei tuorli e cuocete il composto finché non comincia a fremerne. Alla prima bolla, spegnete, aggiungete la gelatina strizzata, fatela sciogliere, quindi raffreddate il composto versandolo in una ciotola, che lascerete immersa in acqua fredda finché non vedete che la gelatina comincia a «stirare».

**4. Montate** la panna in una crema e incorporatela delicatamente al composto. Versatelo nello stampo, sopra la base al cacao e mettetelo a riposare in freezer per 2 ore circa.

**Trasferite** il dolce in frigorifero per 12 ore. Servite, decorando a piacere con chicchi di caffè e meringhette.





## PICCOLI SPORTIVI CRESCONO

CORRERE IN BICICLETTA, NUOTARE,  
GIOCARRE A PALLONE: LO SPORT FA  
CRESCERE FORTI E SANI E INSEGNA A STARE  
BENE CON GLI AMICI E LA NATURA.  
GRAZIE ANCHE ALLA MERENDA GIUSTA!

## UNO SPUNTINO DA CAMPIONI

Passione, fatica, spirito di squadra: quante energie richiede ma quanta soddisfazione regala lo sport! Scegliete quello che preferite, l'unica cosa che conta è divertirsi. Non dimenticate che anche l'alimentazione è importante: imparare sin da piccoli a mangiare in modo equilibrato aiuterà i bambini a dare il meglio anche nel tempo libero.

**Ottimi gli ingredienti leggeri ed energetici**, come yogurt, frutta fresca o secca, biscotti e pane integrali. Ma anche verdure croccanti, snack ai cereali o un dolce semplice e casalingo possono diventare un'ottima merenda alternativa. L'importante è assumere la giusta dose di vitamine, carboidrati e sali minerali. Ecco una ricetta veloce e golosa, magari da condividere con i compagni di allenamento e di avventure. Ricordate inoltre che **la disidratazione è il principale nemico** di una buona attività sportiva, per questo bere acqua o succhi non zuccherati durante e dopo qualsiasi esercizio fisico è fondamentale.

### MOUSSE DI YOGURT CON FRAGOLE

**Mescolate** 200 g di yogurt greco, 120 g di ricotta e 20 g di zucchero a velo ottenendo una mousse.  
**Condite** 140 g di fragoline con il succo di mezzo limone, mezzo cucchiaino di zucchero a velo e qualche fogliolina di menta spezzettata.  
**Lasciate** insaporire per 15 minuti (l'ideale sarebbe lasciarle macerare per almeno 2 ore in frigorifero).  
**Servite** le fragoline con la mousse, completando con foglioline di menta e biscotti o ciakle a piacere, meglio se integrali.



### Il pieno di bontà

Fare merenda dopo l'allenamento non è mai stato così divertente e gustoso: provate Müller Mix Disney Princess e Müller Mix Cars 3, deliziosi cereali da mixare in un cremoso e squisito yogurt parzialmente scremato oppure portate con voi i super pratici Crockki di Zaini, una crema alle nocciole e cacao con cereali croccanti per uno snack in compagnia dei personaggi Disney più amati.



Cucina  
Disney

Cucina Disney si affianca ai prodotti di marca per aiutare le famiglie a portare in tavola alimenti gustosi ed equilibrati, facendo divertire i bambini con i loro personaggi preferiti.





# POLLO GRILLETTATO

Non si tratta di mettere i grilli in padella (anche se le ultime tendenze vanno in questa direzione). Il nome allude al rumorino leggero del grasso che sfrigola durante la cottura

**L**a carne, nella cucina laziale, ha un ruolo importante: abbacchio, trippa, coda, cotiche... Ma anche il pollo vanta una certa gloria, in una tradizione che risale ai tempi degli antichi Romani. Furono i primi ad accorgersi che oltre a essere preziose per le uova, galline ben nutrite potevano anche dare carni tenere e sostanziose. Da allora la fortuna del pollame crebbe nei secoli, diventando cibo da venditori ambulanti, ingrediente da mercato (a Roma c'è ancora oggi una piazza Pollarola), piatto di festa e poi, tristemente, merce da mercato nero. Trilussa, addirittura, dedicò al pollo un famoso sonetto, *La statistica*, mentre sono di Alfredo Bargagli i versi che mettono in rima la ricetta di questo pollo grilletto, o alla romana, che «ve sembrerà più bono de sapore se lo magnate in due: còre a còre».

## La ricetta

**Cuoco** Sergio Barzetti

**Impegno** Facile

**Tempo** 1 ora e 10 minuti

## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1,8 kg 1 pollo eviscerato  
70 g 1 fetta di prosciutto crudo  
4 pomodori ramati  
2 spicchi di aglio  
rosmarino  
alloro  
maggiorana  
prezzemolo  
estratto di carne  
vino bianco secco  
strutto o olio extravergine  
sale - pepe

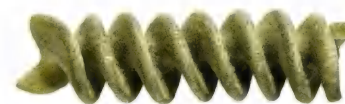
**Strinate** il pollo sulla fiamma, lavatelo, sezionatelo in 8 pezzi, salatelo e pepatelo.  
**Tagliate** a dadini il prosciutto e rosolatelo in una casseruola con un cucchiaino di strutto o di olio, per 2-3 minuti. Poi unite il pollo e insaporitelo girandolo per 10-12 minuti, quindi sfumate con mezzo bicchiere di vino e profumate con 2 foglie di alloro, un rametto di rosmarino e un trito di prezzemolo e maggiorana. Dopo altri 15 minuti, aggiungete un cucchiaino di estratto di carne sciolto in un bicchiere di acqua e 2 spicchi di aglio schiacciati. Coprite e cuocete a fuoco basso per 5-6 minuti.  
**Sbollentate** i pomodori, sbucciateli, togliete i semi, spezzettateli, aggiungeteli al pollo e terminate la cottura in 20 minuti. Servite, a piacere, con pane tostato condito con olio di oliva.

TESTI LAURA FORTI, FOTO RICCARDO LETTIERI, STYLING BEATRICE PRADA

# Tutte le forme della Pasta

**Dalla Costa**  
il cuore della pasta italiana

Carolina



Luca

Vittoria



Giada

Mara



# Compresa la tua.



Mattia



Alberto

Federica





# I FORMAGGI SON DESIDERI

**I**l concetto di «naturale» alla fattoria Zoff si respira, si assaggia. Si calpesta. Appena scesa dalla macchina, infatti, attraverso un prato che, mi spiegheranno, è foraggio per le «signorine», le vacche di razza pezzata rossa italiana da cui questa azienda agricola con piccolo caseificio artigianale ricava il latte per le sue eccellenti creazioni. Aria frizzantina, colori e profumi vividi, siamo a Borgnano, frazione di Cormons, ai piedi del Colle di Medea, in provincia di Gorizia, a mezz'ora dal mare (Grado e Lignano) e a un'ora dalla montagna. Tutto intorno i rinomati vigneti del Collio.

Caciotte ai petali di rosa e uno yogurt superlativo. Nell'azienda agricola Zoff il segreto è sognare, con i piedi per terra. Mica una qualsiasi però...

Testi SARA TIENI  
Foto MONICA VINELLA



Da sinistra, in senso orario, Giuseppe Zoff, titolare dell'azienda agricola, caciotte aromatizzate con fiori ed erbe; un momento della lavorazione; mucche di razza pezzata rossa italiana al pascolo.



Ad accoglierci, stivali infangati e sorriso dolce sotto i baffi ruvidi, è Giuseppe, terza di quattro generazioni di casari. La quarta è composta da sua figlia Laura e dal genero Fabio. Lei, ex traduttrice e interprete, ha convinto il marito, ex gommista di Formula 1 (uno che partecipava ai pit stop di Schumacher e Barrichello), a mollare tutto in nome della passione di famiglia. «I nostri prodotti sono completamente naturali perché, se il nostro corpo si nutre bene, sta bene», ci racconta Giuseppe, precursore del bio, da tempi non sospetti. «Certe cose non si possono accelerare», prosegue il casaro saggio, «le nostre mucche pascolano all'aperto la maggior parte dell'anno e così possono godersi l'aria e il sole e, perché no?, socializzare (ride, ndr). I miei sono animali felici». Giuseppe parla del suo formaggio latteria con lo stesso affetto con cui parla dei suoi nipoti: «È un nutrimento dello spirito».

Basta poi un assaggio della mozzarella o dello yogurt bianco naturale (tra i suoi estimatori la cuoca Antonia Klugmann) per rinnegare l'esistenza del colesterolo e dell'intolleranza. Il percorso gastrativo caseario a chilometro zero continua con caciotte aromatizzate ai petali di rosa, calendula, fiori di sambuco e altre piccole delicatezze. Formaggi e yogurt, insieme a un'ottima carne sottovuoto, sono venduti on line ([borgdaocjs.it](http://borgdaocjs.it)) o nel minuscolo negozio separato dal caseificio soltanto

da una tenda (chiedendo, si può sbirciare qualche fase di lavorazione). Infine, si possono degustare nel b&b dell'azienda, il Borg da Ocjs, che, guarda caso, è ricavato dalle antiche stalle e organizzata anche gite naturalistiche alla scoperta delle piante e dei sentieri della zona.

# VOGLIA DI SOAVE

**L'ingrediente che rende il Soave Classico Colbaraca un grande bianco è il terroir.** I vigneti di garganega sono nella zona classica della denominazione, su colline ventilate di origine vulcanica. L'esperienza del Gruppo Tecnico Masi fa il resto: dopo la pressatura soffice, il mosto fermenta in acciaio e in botti di rovere, dando vita a un vino moderno e versatile in tavola. Con i suoi aromi di frutta tropicale e pompelmo, le delicate note di spezie, la buona struttura e l'acidità sostenuta, può essere servito come aperitivo, ma anche con antipasti, risotti e paste con le verdure, frutti di mare e crostacei, carni bianche e perfino un piatto difficile da abbinare come gli asparagi con le uova.



## RISOTTO FILANTE ALLA STRACCIATELLA CON LIME E GAMBERI ROSSI

RICETTA DELLO CHEF VITANGELO GALLUZZI in abbinamento al Soave Classico Colbaraca

### Ingredienti per 4 persone

320 g riso Vialone nano  
150 g straciatella di Andria  
16 gamberi rossi di Mazara - 1 scalogno  
1 bicchiere di Soave Classico Colbaraca  
zenzero fresco - menta - lime  
brodo di pesce (preparato con verdure, teste e carapaci dei gamberi)  
olio extravergine di oliva - sale - pepe

**PULITE** i gamberi, tenendo da parte le teste e i carapaci per fare il brodo. Tagliateli a pezzetti e marinateli con 30 g di olio, profumato con la scorza grattugiata di ¼ di lime, qualche tocchetto di zenzero, qualche fogliolina di menta e una macinata di pepe.

**TRITATE** lo scalogno e rosolatelo in una padella con un rametto di menta

e un filo di olio; unite il riso, tostatelo, sfumate con il vino ed eliminate la menta. **PORTATE** a cottura il risotto, bagnando con il brodo bollente e regolando di sale e pepe. **SPEGNETE** e mantecate il risotto con la straciatella e ¼ di scorza di lime grattugiata. **DISTRIBUITE** il risotto nei piatti e guarnite con la tartare di gamberi e qualche fogliolina di menta.



# BOUQUET DA MANGIARE

Di verdura, frutta, erbe aromatiche e fiori. Da comporre con varietà che si trovano in ogni mercato. E dopo la cerimonia, invece di lanciarli, meglio portarli in cucina

A cura di ANGELA ODBONE, Foto MASSIMO BIANCHI, Styling BEATRICE PRADA



## Dedicato alla sognatrice

### INGREDIENTI

3-4 mazzetti di finocchietto  
2-3 mazzetti di borragine  
2 fiori di magnolia  
(*Magnolia x soulangeana*)  
1 rapa bianca  
1 fiore di magnolia (*Magnolia stellata*)  
1 mazzetto di fiori di borsa del pastore  
(*Capsella bursa-pastoris*)

Componete il mazzo tenendo al centro tutti i fiori e la rapa e mettendo intorno il finocchietto e la borragine. In questo modo risalterà il movimento morbido, a cascata, del finocchietto. Legate tutto con uno spago, poi copritelo con un nastro di raso bianco lucido.

## Spirito campagnolo

### INGREDIENTI

10 fragole  
3-5 piccoli peperoni arancioni  
3 carote  
1 piccolo pomodoro costoluto  
1 mazzetto di ravanelli  
1 mazzetto di prezzemolo  
1 mazzetto di garofani dei poeti  
foglie di lattuga di piccola dimensione  
foglie di catalogna di piccola dimensione  
foglie di cavolo riccio rosso  
foglie di cavolo riccio variegato

Tagliate a metà i ravanelli. Infilzate le fragole, i peperoni, il pomodoro e i mezzi ravanelli in stecchi di legno, tipo quelli da spiedino. Componete il mazzo mescolando secondo il vostro estro tutti gli ingredienti. Legate il mazzo molto bene con uno spago, poi copritelo con pizzo bianco.





## Romantica?

### INGREDIENTI

10-15 fagioli mangiatutto o piattoni  
5-7 cavolini di Bruxelles viola e verdi  
4-5 carote mini  
3-5 rametti di nontiscordardimé  
(*Myosotis*)  
2 rami di bocca di leone  
(*Antirrhinum majus*)  
1 mazzo di barba di frate  
1 mazzo di finocchietto  
1 mazzo di foglie di cavolo riccio rosso  
1 zucca amara (*Momordica charantia*)  
1 rosa (*Rosa L.*)

Aprite leggermente le foglie dei cavolini di Bruxelles, a mo' di corolla, e infilateli in stecchi di legno da spiedino.

Componete il mazzo tenendo gli ingredienti leggermente raggruppati per tipo, cioè da una parte i piattoni, dall'altra la barba di frate e così via. Aggiungete qua e là dei punti di colore con il nontiscordardimé.

Legate tutto molto bene con uno spago, copritelo con un nastro di raso bianco, fermatelo con uno spillo e completate con un fiocco di nastro celeste.

Bicchieri e calici  
LSA International,  
posate Mepra.

## Un tipo rock'n'roll

### INGREDIENTI

4-5 gambi di rabarbaro  
3-4 piccoli cespi di bietole gialle  
2-3 rami di melo fiorito  
(oppure di pero o di susino)  
2-3 rami di pisello odoroso  
(*Lathyrus odoratus L.*)  
2 rose (*Rosa L.*)  
1 mazzetto di asparagi selvatici  
1 piccolo radicchio rosso  
1 garofano verde  
(*Dianthus barbatus Green Trick*)

Infilate il radicchio in uno stecco di legno da spiedino. Componete il mazzo mescolando gli ingredienti, tenendo come centro i gambi di rabarbaro. A piacere legare un piccolo cespo di bietola gialla su un gambo di rabarbaro. Legate strettamente il mazzo con uno spago, poi copritelo con un nastro di gros grain rosa pallido.



Lunch box Sigg e borsa termica PackIt distribuite in Italia da Künzi. Bottiglia termica Moronigomma. Erba naturale in rotoli Pratosubito.



# PARCO O SCRIVANIA?

Pratiche e invitanti: ecco due alternative ideali per la vostra «schiscetta». Da preparare a casa con ingredienti stagionali, freschi e bilanciati. Per mangiare in ufficio o all'aperto

Ricette JOËLLE NÉDERLANTS, Foto RICCARDO LETTIERI, Styling BEATRICE PRADA

## Bulgur al pesto di pomodorini e treccia di mozzarella

**Impegno** Facile  
**Tempo** 25 minuti  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 1 PERSONA

150 g 1 treccia di mozzarella fiordilatte  
50 g bulgur  
35 g ceci lessati  
35 g misticanza (cicorino e spinaci novelli)  
20 g pomodorini secchi sott'olio  
paprica dolce  
capperi dissalati  
olio extravergine di oliva

**Mettete** a bagno il bulgur per 15 minuti, quindi scolatelo e cuocetelo in acqua bollente per 4-5 minuti.

Scolate e fate raffreddare.

**Frullate** in crema i pomodorini secchi e mescolateli al bulgur. Completate il condimento con un cucchiaino di capperi dissalati, interi o grossolanamente tritati.  
**Condite** i ceci con poco olio e un pizzico di paprica e mescolateli alla misticanza.  
**Completate** con la mozzarella.

## Insalata tiepida di patate, salmone e salsa allo yogurt

**Impegno** Facile  
**Tempo** 25 minuti  
**Senza glutine**

### INGREDIENTI PER 1 PERSONA

150 g patate novelle  
150 g piattoni puliti  
150 g filetto di salmone affumicato  
50 g yogurt greco

20 g piselli sgranati  
1 lime non trattato  
pepe in grani in salamoia  
latte  
erba cipollina  
olio extravergine di oliva  
sale

**Cuocete** al vapore le patate, con la buccia, per 20 minuti, unendo, 5 minuti prima della fine della cottura, i piselli e i piattoni. Salate a piacere, condite con un cucchiaino di olio e fate intiepidire.

**Tagliate** il salmone a cubetti e conditelo con 2-3 grani di pepe finemente tritati e la scorza grattugiata del lime.

**Preparate** una salsa mescolando lo yogurt greco con un cucchiaino di latte e il succo di mezzo lime. Completate con un ciuffo di erba cipollina tagliuzzata.

**Aggiungete** la salsa alle verdure solo all'ultimo momento.





# La DAMA di CASERTA

«Mi piace cambiare»: così Rosanna Marziale, cuoca a Le Colonne, sintetizza il suo spirito creativo. Lo stesso che l'ha portata finalmente in cucina dopo avere sperimentato tutte le altre professioni che ruotano intorno a un ristorante

Testi LAURA FORTI, Foto RICCARDO LETTIERI

Rosanna Marziale nella sala principale del ristorante, accanto alle colonne da cui prende il nome. In alto a destra, CarMela, la nuova evoluzione della sua pizza al contrario: mozzarella fiammeggiata, «cornicione» ripiena di crostini di pane, farcitura di ricotta e rosa di mele Annurca.



**A** Caserta ci sono due reggie: una è la residenza reale più grande del mondo, con i suoi sontuosi giardini; l'altra, poco lontano, è un palazzo della gastronomia, storicamente conosciuto come il ristorante più grande della città, Le Colonne, con saloni distribuiti su tre piani, un tempo tutti operativi. Oggi occupa il piano terra, 800 metri quadrati, grande cucina, laboratorio di pasticceria e quattro sale da pranzo «modulari», comunicanti o separabili. A gestirlo è Rosanna Marziale, dama dei giorni nostri. Proprio come un'arte marziale, anche Rosanna è un'elegante sintesi di armonia e rigore, di dolcezza e di forza: sa quello che vuole e porta avanti le sue idee senza lasciarsi condizionare da schemi imposti. In che senso? Siamo andati a trovarla e glielo abbiamo chiesto.

## Che cosa la guida in cucina?

La Campania, senza dubbio. I miei piatti hanno quasi sempre l'intento di celebrare la tradizione campana e casertana e i grandi prodotti che il nostro territorio ci offre, mozzarella in primis. Certo, abbiamo un menu gourmet, in onore della stella Michelin che, nel novembre 2012, ha riconosciuto il nostro lavoro. Ci ha riempito di gioia e di gratificazione, ma non ha spostato il mio focus. Non ci siamo adeguati agli schemi classici che un po' «costringono» i menu dei ristoranti stellati e continuiamo a proporre piatti che prima di tutto ci piacciono, che esprimono la nostra anima.

## Ci parla di questa anima?

Il nostro è un ristorante di famiglia. Mio padre ha costruito tutto partendo da un carretto di gelati, fuori della reggia. Da uno sono diventati due, poi tre. Dopo ha aperto un bar pasticceria, infine il ristorante. Io, come mio fratello e le mie sorelle, ci siamo cresciuti. Quando avevo sedici anni papà è mancato e noi, ancora giovanissimi, ci siamo rimboccati le maniche per portare avanti quello che lui ci aveva lasciato, cercando di migliorarlo sempre. Mio fratello oggi gestisce l'altro nostro locale, a Caiazzo; una delle mie sorelle è in amministrazione, io sono in cucina e la mamma... supervisiona ancora tutto. C'è molto orgoglio, dedizione, affetto. È il nostro mondo.

## Uno dei suoi piatti più noti è la pizza al contrario: che cos'è?

Proprio come dice il nome, è un «ribaltamento» della pizza classica: mozzarella fuori, pane dentro. Un piatto che parla molto di me: io sono creativa, un po' irrequieta, anticonformista. Mi annoio a fare sempre le stesse cose. Infatti prima



Sopra, cozze aperte al vapore ripiene del loro liquido, mescolato con il latte di mozzarella, mozzarella fiammeggiata, erbe e limone. A sinistra, la cuoca nella sua cucina. Sotto, sfera colorata, crema di latte glassata all'olio di sciroppo.

Questo «pomodorino» (nella foto a sinistra) è un'altra delle sue invenzioni? È un dolce, una crema di latte di bufala su salsa ai frutti rossi.

## Ha un guscio di caramello?

No, è una glassa di sciroppo colorato. È tutto morbido. Non sposo la scuola dei contrasti. Non a ogni costo, almeno. Noi abbiamo a che fare con prodotti a base di latte: c'è un che di materno, di dolce che poco ha a che fare con i contrasti. E poi, basta con questi schemi, a volte sono davvero forzati.

## Anche con la sua brigata è così dolce?

Un po' meno. Oggi c'è troppa... confidenza. Non dico che si debba gridare o comportarsi da despota, seguendo certi modelli di vecchia scuola. Ma trovo che la disciplina sia ancora molto importante in un lavoro come il nostro. In cucina esiste una gerarchia che va rispettata. Riguardo e compostezza non escludono l'armonia, anzi favoriscono risultati migliori. Anche nei piatti.





# È FOOD MANIA!

DAI TEMPLI GOURMET AL CIBO DI STRADA:  
DAL 24 MAGGIO AL 3 GIUGNO ZURIGO APRE LE PORTE  
DELLA CITTÀ A UN CALEIDOSCOPICO FESTIVAL  
GASTRONOMICO, IL **FOOD ZURICH**. IMPOSSIBILE MANCARE

**A**ssaggiare, assaporare, cucinare, non sempre e non necessariamente in quest'ordine. Il placebo è Zurigo, l'appuntamento irrinunciabile è la terza edizione di **FOOD ZURICH**. Già perché Zurigo è una continua scoperta: vita urbana creativa combinata con paesaggi naturali di incredibile bellezza. Dalle rive del lago ai parchi e ai boschi che la circondano, passando per il suo pittoresco centro storico e le architetture futuristiche dei quartieri moderni. Non solo. Luogo cult per cultura (qui ci sono più di 50 musei e oltre 100 gallerie) e divertimento, è anche terra di cucine blasonate con un'incredibile varietà di proposte culinarie (lo sapevate che qui è nato il primo ristorante al buio, il Blindekuh?) e dal **dal 24 maggio al 3 giugno** si colora di un festival che riassume e amplifica tutte le offerte food della città. Un'unica «piattaforma» studiata da Zurigo Turismo e dai suoi partner per elevare i sapori della città all'ennesima potenza, dallo Zürich Geschnetzeltes, il tipico spezzatino locale accompagnato dai tortini di patate grattugiate - il rösti - fino ai Turrigel, i biscotti di miele, farina e spezie che sembrano minuziose opere d'arte, per poi sconfinare in piatti sor-

prendenti nati da contaminazioni fra la cucina svizzera tradizionale e quelle internazionali. Per chi cerca un'esperienza più «easy» ci sono le stupefacenti proposte di **Street Food Festival** con un intero distretto dedicato, e di Chuchi, un «luogo/esperienza» dove si cucina, si mixa e si degusta in quattro isole e un bar, entrambi nell'area dell'ex stadio Hardturm a Zürich-West. Da mettere assolutamente «in menu» il piatto della condivisione, simbolo della manifestazione, da assaggiare in tantissimi ristoranti e taverne all'insegna del motto «Condivisione - Mangiare è ciò che ci unisce». In undici giorni **FOOD ZURICH** si moltiplica in più di 140 appuntamenti fra eventi, workshop e degustazioni dedicati ai food lovers, ai cuochi amatoriali e ai buongustai. Il festival prende il via il 24 maggio nel **Food Market di Jelmoli**, gli storici grandi magazzini nella Bahnhofstrasse, con un parterre di chef stellati direttamente dalle cucine dei «Five Stars Hotels» della città in combinazione con giovani chef e produttori locali e si chiude con una festa travolgente la sera del 2 giugno, nei padiglioni dello Zürcher Engrosmarkt, il famoso mercato all'ingrosso della città, dove cuochi, ristoranti,

street food truck e manifatture si daranno appuntamento per concludere insieme il festival con food e musica con DJ fino all'alba. Nel mezzo? Tantissime cose da fare. Negli spazi di StageOne di Zurigo-Oerlikon, il 27 e il 28 maggio, lo show-event Chef Alps è l'occasione incredibile per vedere all'opera «live on stage» chef di fama internazionale, fra cui **Massimo Bottura** - tre stelle Michelin -, **Nicolai Nørregaard**, uno dei massimi esponenti del movimento della Cucina Nordica, o **Titti Gvarnström**, primo chef donna a conquistare una stella Michelin in Scandinavia. E poi, un programma di camminate nel bosco vicino la città per ritrovare il piacere della scoperta, cercando qualcosa di «edibile» nel verde, corsi di cucina per bambini, giardinaggio urbano, proiezioni cinematografiche e il Food Tour, la visita guidata che viene proposta in ogni momento dell'anno ma resa più speciale in questi giorni: una passeggiata a piedi fra i luoghi di «culto» del cibo e del bere locale del quartiere Zürich West, con (doverose) tappe degustazione dove si mangia e si beve, accompagnati da curiosi racconti sulla «rivoluzione gastronomica zurighese». Imperdibile!

[zuerich.com/foodzurich](http://zuerich.com/foodzurich)



le Naturelle  
Rustiche  
Eletto  
Prodotto  
dell'Anno  
2018.  
*Grazie.*



Uova da galline allevate  
senza l'uso di antibiotici  
sin da pulcini.

Uova 100% italiane  
da galline allevate a terra.

Mangimi  
OGM-free,  
senza olio di palma,  
senza farine  
e senza grassi  
di origine animale.

Filiera dedicata  
e certificata.



*le Naturelle*

f le Naturelle • @lenaturelloofficial • www.lenaturelle.it

**Vi aspettiamo a CIBUS - Hall A3 Stand G030**

Ricerca di mercato PdA su una pre-selezione di prodotti innovativi venduti in Italia, condotta da IRI su 12.000 consumatori con più di 15 anni, svoltasi a gennaio 2018. [www.prodottodellanno.it](http://www.prodottodellanno.it) - Categoria uova e ovoprodotti.

Il ricettario

Nel mese delle fragole, dei fiori (e delle spose)  
ricette tutte nuove: piatti semplici, piccole ricercatezze, sapori  
delicati, un goloso fritto e due torte spettacolari

# maggio

Testi  
LAURA FORTI  
ANGELA ODOE  
SARA TIENI  
VALENTINA VERCELLI  
Fotografie  
RICCARDO LETTIERI  
Styling  
BEATRICE PRADA

IL MENSILE DI GASTRONOMIA  
**LA CUCINA  
ITALIANA**  
PREPARATO  
E ASSAGGIATO  
CON LA CUCINA IN REDAZIONE

## Le misure a portata di mano

Semplificate il lavoro in cucina:  
eliminate la bilancia e dosate  
liquidi e ingredienti in polvere con tazze,  
bicchieri e cucchiaini. Guardate  
la nostra nuova tabella a p. 135

Piatto rosso  
**La Spesa**, vassoio  
bianco e segnaposti colorati  
**MV%** Ceramics Design,  
bicchieri viola e blu  
**LSA International**.



# antipasti

! Se trovate solo capesante grandi, calcolate che per ogni porzione ne basteranno due o tre.



## Capesante, avocado e friggitelli

**Cuoco** Davide Brovelli  
**Impegno** Facile  
**Tempo** 45 minuti  
**Senza glutine**

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

20 capesante piccole  
4 peperoni friggitelli  
4 ravanelli  
2 avocado  
1 cespo di indivia belga

limone  
olio extravergine di oliva  
sale – pepe

**Staccate** le capesante dal guscio e tamponatele delicatamente. Il corallo (la parte arancione) ha un sapore molto intenso e una consistenza cedevole, che non piace a tutti: se è il caso, eliminatelo. Sbucciate gli avocado, tagliatene uno a pezzi e frullatelo con 2 cucchiaini di succo di limone, 2 cucchiaini di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe. **Ricavate** dalla polpa dell'altro avocado dei dadini o delle palline (usate uno

scavino). Mettetele a marinare nel succo di mezzo limone, mentre preparate il resto. **Dividete** i friggitelli a metà per il lungo, eliminate i semi e scottateli a fuoco vivo in una padella con un filo di olio per 2 minuti. Togliete i friggitelli e scottate nella stessa padella le capesante, per 20 secondi per parte. **Mondate** i ravanelli e tagliateli a fettine sottili. Sfogliate il cespo di indivia e tagliate a metà le foglie più grandi. **Distribuite** l'indivia nei piatti, posatevi sopra i friggitelli e le capesante, completate con l'avocado, i ravanelli e un paio di cucchiaini di avocado frullato.

## Mini burger di ceci con pane agli spinaci

**Cuoco** Davide Brovelli  
**Impegno** Medio  
**Tempo** 1 ora e 40 minuti  
più 3 ore di lievitazione  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

400 g ceci lessati  
250 g farina  
125 g spinaci – 100 g cipolla  
100 g maionese – 50 g latte  
50 g burro – 25 g zucchero  
10 g lievito di birra fresco  
2 uova  
semi di cumino  
aglio – prezzemolo  
limone bio – sedano  
brodo vegetale  
sale – pepe

**Mondate** gli spinaci e scottateli in acqua bollente salata per 15 secondi, poi tuffateli in acqua e ghiaccio; asciugateli e tritateli. **Stemperate** il lievito nel latte. Sciogliete lo zucchero e 1 cucchiaino di sale in un uovo. Ammorbidite il burro, lavorandolo con le mani. **Impastate** la farina con gli spinaci e il latte in cui avete sciolto il lievito; dopo un paio di minuti incorporate l'uovo in cui avete sciolto il sale e lo zucchero; impastate ancora, quindi unite anche il burro e lavorate l'impasto vigorosamente, finché non otterrete un composto omogeneo. Ponetelo in una ciotola, copritelo e mettetelo a lievitare in frigo per 2 ore. **Asciugate** bene i ceci con carta da cucina e frullateli con la cipolla tagliata a pezzetti, mezzo spicchio di aglio sbucciato, 2 cucchiaini di semi di cumino, una presa di sale, una macinata di pepe e 2 mestoli di brodo.

**Tritate** 2 mazzetti di prezzemolo, in modo da ottenere 6-7 cucchiaini di trito e mescolatelo ai ceci frullati. **Formate** dei mini burger da circa 20 g ciascuno con i ceci frullati: dovrete ottenerne una ventina. Informateli a 200 °C per 10-12 minuti. **Infarinate** il piano di lavoro e dividete l'impasto agli spinaci in palline di circa 25 g: dovrete ottenerne una ventina. Fatele lievitare ancora per 1 ora. **Spennellate** la superficie delle palline con un uovo sbattuto, quindi cuocetele in forno a 200 °C per 20-25 minuti, ottenendo dei paninetti. **Unite** alla maionese la scorza grattugiata di mezzo limone. **Tagliate** i paninetti a metà, spalmateli con un cucchiaino di maionese aromatizzata al limone, aggiungete in ognuno un mini burger e qualche foglia di sedano e richiudeteli.

Piatto bianco delle capesante, bicchierino e cucchiaini delle tartine tatin  
MV% Ceramics Design,  
piatto arancione La Spesa,  
bicchieri Jannelli & Volpi,  
tovagliolo giallo  
Centratavola Milano.







**FATE COSÌ** Dopo aver distribuito il caramello negli stampi, disponetevi i cipollotti, posizionandoli testa-coda e serrandoli per creare una superficie più

uniforme possibile. Copriteli poi con un disco di pasta senza rimboccarlo: le tarte tatin saranno più facili da sfornare e il bordo risulterà più regolare e ordinato.

## Tarte tatin di cipollotti

**Cuoco** Sauro Ricci  
**Impegno** Medio  
**Tempo** 1 ora e 30 minuti  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g cipollotti  
150 g farina  
100 g panna acida (crème fraîche)  
85 g burro  
50 g vino bianco secco  
50 g zucchero  
erba cipollina – limone  
olio extravergine di oliva  
alloro – sale

**Impastate** la farina con 70 g di burro, fino a ottenere un insieme di briciole. Aggiungete 40 g di acqua con un pizzico di sale e impastate ottenendo un panetto. Lasciatelo riposare coperto in frigorifero per circa 30 minuti.

**Pulite** i cipollotti: eliminate la parte verde tagliandola 4-5 cm sopra il bulbo (potrete utilizzarla, tagliata finemente e brasata, per preparare frittate oppure per vellutate e brodi). Eliminate le radici senza tagliare il fondo, in modo che i bulbi rimangano interi.

**Mettete** i cipollotti in una casseruola con 2 cucchiai di olio e fateli insaporire; sfumate con il vino e coprite con un coperchio, lasciando uno spiraglio. Cuoceteli per circa 20 minuti, aggiungendo anche 2 foglie di alloro. Alla fine tagliateli a metà per il lungo.

**Stendete** la pasta a circa 2 mm di spessore e ritagliatevi 4 dischi di 10 cm di diametro; appoggiateli su una placchetta e metteteli in frigorifero.

**Scaldare** in un pentolino lo zucchero con 10 g di acqua. Quando comincia a imbiandire, aggiungete 15 g di burro e fatelo sciogliere, ottenendo un caramello al burro. Versatelo in 4 stampi da tartelletta (ø 9 cm) leggermente svasati, poi disponetevi i cipollotti, cercando di creare uno strato uniforme.

**Coprite** i cipollotti con il disco di pasta e informate a 200 °C per 25 minuti circa.

**Sfornate** le tartellette e ribaltatele delicatamente.

**Mescolate** la panna acida con un cucchiaino di succo di limone, sale e una cucchiata di erba cipollina tagliata finemente. Servitela insieme alle tarte tatin.

**1**  
*Tostate il riso senza grassi e aggiungeteli solo alla fine, crudi, per mantecare: il sapore sarà più leggero e pulito.*



## Risotto alla mela verde

**Cuoco** Davide Brovelli  
**Impegno** facile  
**Tempo** 50 minuti  
**Vegetariana senza glutine**

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

360 g riso Camaroli  
200 g burrata  
1 scalogno  
1 mela Granny Smith bio  
limone – zucchero  
vino bianco secco  
menta in foglie  
brodo vegetale  
olio extravergine di oliva  
sale – pepe nero

**Sbucciate** la mela, conservando le bucce, e dividetela in 6 spicchi. Cuocetela in una pentola con acqua acidulata con il succo di mezzo limone per 15-20 minuti, quindi scolatela bene e frullatela.

**Tagliate** le bucce di mela a listarelle molto sottili.

**Portate** a bollire 2 cucchiai di acqua con 2 cucchiai di zucchero; spegnete, fate intiepidire, tuffatevi le bucce di mela, mescolate bene e lasciate riposare.

**Mondate** e tritate lo scalogno.

Soffriggetelo in una padella con un filo di olio, poi aggiungete un cucchiaino di brodo e stufatelo per 2 minuti mescolando.

**Tostate** il riso in una pentola senza grassi

per circa 3 minuti, quindi bagnatelo con mezzo bicchiere di vino molto freddo; quando il vino sarà evaporato coprite il riso a filo con il brodo bollente, quindi scolatela bene e frullatela. Aggiungete lo scalogno e un cucchiaino di olio e proseguite la cottura per 15 minuti, bagnando di tanto in tanto con un mestolo di brodo. Quando il riso è cotto e ben asciutto, unite la mela frullata e mescolate con vigore per mantecarlo. Regolate di sale e condite con un filo di olio crudo.

**Distribuite** il risotto nei piatti, guarnitelo con qualche cucchiaino di burrata, le bucce di mela sciropate, qualche fogliolina di menta e una generosa macinata di pepe nero.



## Mezze maniche, crema di piselli, pomodorini e limone

**Cuoco** Sauro Ricci  
**Impegno** Medio  
**Tempo** 45 minuti  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g piselli sgranati  
320 g pasta mezze maniche

300 g pomodorini ciliegia  
zucchero  
origano fresco – sale  
maggiorana – limone bio  
olio extravergine di oliva

**Incidete** il fondo dei pomodorini, tuffateli in acqua bollente per 1 minuto, scolateli e sbucciateli. Appoggiateli su una placchetta, conditeli con olio, zucchero, sale, origano e maggiorana e infornate a 150 °C per 30-35 minuti. Per abbreviare i tempi di circa 15 minuti, cuoceteli con la buccia in padella per qualche minuto:

a differenza di quanto avviene nel forno, tenderanno a disfarsi e acquisteranno un sapore più deciso.

**Lessate** i piselli in acqua salata per 5 minuti. Scolateli. Mettetene da parte 200 g e frullate gli altri con un pizzico di sale, 2 cucchiaini di olio e mezzo bicchiere di acqua.

**Lessate** la pasta e scolatela al dente. **Conditela** con un filo di olio crudo e la scorza grattugiata di un limone, poi servitela sulla crema di piselli. Completate con i pomodorini tagliati a metà, i piselli messi da parte, origano e maggiorana.

Piatti bianchi Alessi, piatto piano del minestrone Centrotavola Milano.

**!**  
*La cottura in forno a bassa temperatura concentra gli aromi dei pomodorini e ne esalta la dolcezza lasciandoli integri e succosi.*



## Minestrone di primavera

**Cuoco** Davide Brovelli  
**Impegno** Facile  
**Tempo** 40 minuti  
**Vegetariana senza glutine**

### INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

350 g zucchine  
350 g patate novelle  
250 g pomodorini rossi

150 g fagiolini  
150 g carote gialle  
100 g taccole  
100 g sedano  
100 g carote arancioni  
maggiorana – timo  
menta – brodo vegetale – sale

**Scottate** i pomodorini in acqua bollente salata per 1 minuto, quindi eliminate la buccia e tagliateli a metà.

**Mondate** tutte le verdure e tagliatele a pezzi.

**Cuocete** nel brodo vegetale le patate per 3 minuti, quindi aggiungete le carote; dopo 2 minuti unite il sedano e dopo altri 2 minuti i fagiolini, le taccole e le zucchine; cuocete tutto insieme per altri 10 minuti; completate infine con i pomodorini e cuocete ancora per 2 minuti.

**Spegnete** la fiamma e aggiungete foglioline di maggiorana, di timo e di menta in pari quantità.

**Regolate** di sale, condite con un filo di olio crudo e servite.

**!**  
*Qui la bontà sta tutta nella croccantezza delle verdure: per questo vanno aggiunte nel brodo in tempi diversi e cotte per pochi minuti.*







**!**  
Per sveltire la preparazione, acquistate filetti di spigola già puliti e utilizzate un brodo di pesce pronto.

## Ravioli alla spigola

**Cuoco** Davide Brovelli

**Impegno** Per esperti

**Tempo** 1 ora e 45 minuti più 1 ora di riposo

### INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

600 g spigola  
200 g farina  
200 g patate  
70 g cicoria pan di zucchero  
50 g spinaci  
40 mandorle con la pelle  
5 tuorli  
1 uovo  
cipolla  
carota – sedano  
limone bio – timo  
vino bianco secco  
olio extravergine di oliva  
sale grosso – sale fino

### PASTA

**Lavorate** la farina, i tuorli e l'uovo ottenendo un impasto omogeneo. Copritelo e ponetelo a riposare in frigo per 1 ora.

### RIPieno

**Sbucciate** le patate e cuocetele in acqua

bollente salata. Pulite la spigola, ricavando 4 filetti e tenendo da parte le lisce e le teste. Cuocete i filetti di spigola al vapore per 4-5 minuti, lasciateli raffreddare, spellateli e infine sminuzzateli. Schiacciate le patate con uno schiacciap patate e mescolatele con i filetti sminuzzati, qualche fogliolina di timo, un pizzico di sale ottenendo il ripieno.

### BRODO DI PESCE

**Lavate** teste e lisce per eliminare il sangue, poi tostatele in una padella con un filo di olio e un pizzico di sale grosso. Aggiungete 1 carota, 1 gambo di sedano, 1 piccola cipolla, tutto a pezzetti; sfumate con mezzo bicchiere di vino, fate evaporare, aggiungete 1 litro di acqua e cuocete per 40-50 minuti dal bollore; alla fine filtrate il brodo.

### CONDIMENTO

**Portate** a bollore il brodo di pesce e scottatevi le foglie di pan di zucchero spezzettate per una decina di secondi, regalando di sale.

**Tritate** grossolanamente le mandorle, o dividetele a metà per il lungo come abbiamo fatto noi.

**Mondate** gli spinaci e cuoceteli

in un forno a microonde per 4 minuti alla massima potenza, finché le foglie non diventeranno completamente secche; riducetele quindi in polvere, tritandole con un coltello.

### RAVIOLI

**Infarinare** il piano di lavoro e tirate la pasta, finché non otterrete una sfoglia di 1 mm di spessore. Tagliate la sfoglia con una rotella tagliapasta, formando dei quadrati di 6 cm di lato.

**Ponete** al centro di ciascun quadrato un cucchiaino di ripieno, spennellate i bordi con un poco di acqua e ripiegate sulla diagonale, schiacciando bene per fare uscire l'aria: dovreste ottenere 36 triangoli.

**Cuoceteli** in una pentola con abbondante acqua salata, per circa 1 minuto, finché non saranno venuti a galla. Scolateli con un mestolo forato direttamente in una zuppiera, dove li condirete con un po' di brodo di pesce.

**Distribuite** nei piatti i ravioli e la cicoria pan di zucchero scottata, guarnite con le mandorle tritate, la polvere di spinaci e un poco di scorza di limone grattugiata.

Piatto del baccalà **MV%**  
**Ceramics Design**, piatto  
fondo dei ravioli **Alessi**,  
piatto piano puntinato  
**La Spesa**, tovagliolo  
arancione **Centrotavola**  
**Milano**.

## Baccalà e piselli

**Cuoco** Giovanni Traversone

**Impegno** Facile

**Tempo** 45 minuti

**Senza glutine**

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g filetto di baccalà senza pelle  
500 g piselli freschi  
capperi – limone bio – menta  
olio extravergine di oliva  
sale

**Sgranate** i piselli, lessateli per 1-2 minuti in acqua bollente salata, scolateli (conservando un paio di mestolini di acqua di cottura), raffreddateli in acqua e ghiaccio, scolateli nuovamente e frullateli in crema con un filo di olio e qualche cucchiaino di acqua di cottura.

**Dividete** il filetto di baccalà in 4 tranci e rosolateli in una padella in un velo di olio ben caldo per 3-4 minuti, poi girateli, coprite, spegnete il fuoco e lasciate riposare per qualche minuto.

**Servite** i tranci di baccalà con la crema di piselli completando con 1 cucchiaino di capperi tritati grossolanamente, scorza di limone tagliata a filetti finissimi, foglioline di menta e piselli freschi a piacere.



**!**  
Raffreddando i piselli in acqua e ghiaccio si arresta la cottura e il colore rimane di un bel verde brillante.





## Salmerino, asparagi e bottarga

**Cuoco** Davide Brovelli  
**Impegno** Facile  
**Tempo** 25 minuti  
**Senza glutine**

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

750 g asparagi viola o verdi  
600 g filetti di salmerino puliti  
bottarga di muggine  
maggiorana  
pomodorini essiccati sott'olio  
capperi sotto aceto  
olio extravergine di oliva  
sale



## Filetti di gallinella con pesto di fave

**Cuoco** Giovanni Traversone  
**Impegno** Facile  
**Tempo** 25 minuti

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

650 g filetti di gallinella senza pelle  
60 g mandorle pelate  
60 g fave sgranate e pelate  
farina di ceci  
olio extravergine di oliva  
maggiorana  
sale – pepe

**Tritate** grossolanamente le fave con le mandorle, sale e pepe, un ciuffo di maggiorana e, a piacere, un pezzetto di aglio. Mescolate il pesto con un filo di olio.

**Verificate** che i filetti di gallinella siano privi di lisce (eventualmente eliminatele con una pinzetta) e passateli nella farina di ceci. Rosolateli in una padella velata di olio bollente per 2-3 minuti per lato.

**Servite** i filetti con il pesto di fave.

**Da sapere** Per pelare le fave fresche, una volta sgranate, tuffatele per un paio di minuti in acqua bollente, scolatele e strofinatele in un canovaccio: la pellicina si staccherà da sola con grande facilità.



## Gazpacho di pomodori e fragole

**Cuoco** Sauro Ricci  
**Impegno** Facile  
**Tempo** 20 minuti  
**Vegetariana senza glutine**

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg pomodori ramati  
350 g fragole  
aceto  
olio extravergine di oliva  
sale – pepe

**Incidete** la buccia dei pomodori con un taglio a croce, sul fondo. Tuffateli in acqua bollente per 1 minuto, raffreddateli, sbucciateli e tagliateli in quattro, privandoli dei semi.

**Pulite** le fragole e tagliatele a pezzetti. **Frullate** a lungo pomodori e fragole insieme fino a ottenere una consistenza liscia. Unite poi 3 cucchiaini di olio, 2 di aceto, sale e pepe.

**Servite** guarnendo a piacere: noi abbiamo utilizzato fettine di pomodori, fragole, foglie di sedano e peperoncino.

**!**  
*Se volete dare un effetto grigliato alle fragole lasciandole integre e sode, «bruciatele» con uno spiedo arroventato sulla fiamma.*



**FATE COSÌ** Pesce di acqua dolce del gruppo dei salmonidi, il salmerino si valorizza con cotture che rispettino la delicatezza particolare delle sue carni: vapore oppure cartoccio.

**FATE COSÌ** Per ricavare dei nastri sottili, posate gli asparagi (ma anche carote e zucchine) su un piano, teneteli fermi per la punta e affettateli con il pelapatate tirandolo verso la base.



Piattini colorati  
Centrotavola  
Milano, bicchieri  
LSA International.

## Fiori di zucca ripieni di ricotta e spinaci

**Cuoco** Sauro Ricci

**Impegno** Per esperti

**Tempo** 1 ora

**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 10 PERSONE

1 kg spinaci puliti  
500 g ricotta  
300 g farina  
90 g amido di mais  
60 g aceto  
60 g ribes  
40 g zuccherò  
30 fiori di zucca  
aglio  
peperoncino  
olio extravergine di oliva  
olio di arachide  
sale

**Cuocete** gli spinaci in una padella con un filo di olio extravergine, uno spicchio di aglio schiacciato (che poi potrete togliere), un pezzetto di peperoncino e sale: saltateli, girandoli, per circa 5-6 minuti. Se non avete una padella abbastanza grande, cuoceteli in due volte. Scolateli e strizzateli.

**Lavorate** la ricotta in una ciotola, tritate gli spinaci e uniteli alla ricotta, ottenendo il ripieno per i fiori.

**Mondate** i fiori, privandoli del pistillo, e riempiteli con il ripieno.

**Mescolate** la farina, 80 g di amido di mais e mezzo litro di acqua ghiacciata, ottenendo una pastella piuttosto densa.

**Immergete** i fiori nella pastella, ruotando un pochino i petali, in modo da chiuderli sopra il ripieno.

**Immergeteli** pochi per volta nell'olio di arachide ben caldo e fateli dorare per circa 3-4 minuti. Scolateli su carta da cucina e salateli in superficie.

**Portate** a bollore lo zucchero con 40 g di acqua e l'aceto. Al bollore, aggiungete 150 g di acqua e i ribes. Fate sobbollire per 2 minuti, spegnete, unite 10 g di amido di mais sciolto in poca acqua, frullate e passate al setaccio, ottenendo una salsina.

**Servite** i fiori caldi, accompagnandoli con la salsa e qualche chicco di ribes intero a piacere.

**!**  
Qual è la temperatura giusta per cominciare a friggere? Tuffate un pezzettino di pane nell'olio e verificate che sfrigoli vivacemente tutto intorno.





1  
Un po' di cipolla cruda dà carattere alle insalate, ma va alleggerita e «mitigata»: affettatela e mettetela a bagno per mezz'ora, cambiando spesso l'acqua.



Platto dell'insalata  
GiovetaLab, ciatalina bianca  
Alessi, ciatala  
dell'hummus La Spasa.

## Insalata mista con friggittelli, cornflakes e pompelmo rosa

**Cuoco** Sauro Ricci  
**Impegno** Facile  
**Tempo** 25 minuti  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

100 g fagiolini puliti  
100 g insalata misticanza  
100 g peperoni friggittelli  
2 pompelmi rosa  
1 avocado  
cipolla rossa  
cornflakes  
semi di zucca decorticati  
limone – sale  
olio extravergine di oliva

**Pulite** i peperoni e tagliateli molto finemente.

**Lessate** i fagiolini in acqua bollente salata per 5-6 minuti. Scolateli. (Se volete, apriteli a metà nel senso della lunghezza).

**Pulite** l'avocado e tagliatelo a pezzi.

**Sbucciate** a vivo i pompelmi e tagliateli a rondelle.

**Tagliate** mezza cipolla ad anelli.

**Disponete** le fette di pompelmo nei piatti o su un vassoio di portata, poi completate con la misticanza e gli altri ingredienti, aggiungendo anche una tazza di cornflakes e una cucchiata di semi di zucca spezzettati.

**Condite** con sale, limone e olio.

## Giardiniera di verdure con hummus

**Cuoco** Sauro Ricci  
**Impegno** Facile  
**Tempo** 35 minuti  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

750 g carote multicolore  
600 g asparagi bianchi  
480 g ceci sgocciolati  
150 g aceto di mele  
150 g finocchi  
50 g zucchero  
25 g tahina (crema di sesamo)  
limone – aglio – paprica  
olio extravergine di oliva  
sale – pepe



**Sbucciate** le carote; pulite gli asparagi e i finocchi (scegliete le guaine più esterne).

**Tagliate** le verdure con un taglio chiamato «a punta di matita»

(guardate qui accanto come si fa).

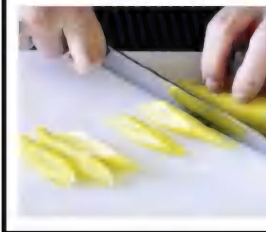
**Portate** a bollire in una casseruola mezzo litro di acqua con l'aceto, lo zucchero e 1 cucchiaino raso di sale. Lessatevi le verdure separatamente, cominciando da quelle più chiare alle più scure: gli asparagi cuociono per 6 minuti, i finocchi per 2 minuti, le carote per 3.

**Frullate** i ceci con la tahina, 40 g di succo di limone, 5 g di sale, 5 g di olio, 10 g di acqua, un pezzetto di aglio sbucciato, pepe, ottenendo l'hummus.

**Servite** le verdure agrodolci con l'hummus, spolverizzato con un po' di paprica. Guarnite a piacere con aneto.

**FATE COSÌ** Posate carote, zucchine, asparagi sul piano di lavoro e tagliateli di sbieco, «a fetta di salame».

A ogni nuovo taglio girate gli ortaggi di 90°: otterrete così dei tocchetti sfaccettati «a punta di matita». È una tecnica molto usata nella cucina giapponese.





# carni e uova



## Uovo barzotto, cialde di lenticchie e bruscandoli

**Cuoco** Giovanni Traversone  
**Impegno** Medio  
**Tempo** 40 minuti  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

150 g bruscandoli o asparagi sottili  
50 g farina di lenticchie rosse  
(nei negozi di cibi biologici)  
8 uova  
olio extravergine di oliva  
sale – pepe

### CIALDE

Mescolate la farina di lenticchie con 60 g di acqua, sale, pepe e 1 cucchiaino

di olio. Spalmate il composto in una teglia foderata di carta da forno formando uno strato molto sottile e infornate a 160 °C per 25 minuti circa: la cialda dovrà risultare ben asciutta e croccante.

**Scaldare** una casseruola di acqua; quando bolle, immergetevi le uova a temperatura ambiente e scolatele dopo 4 minuti e 30 secondi: partendo dall'acqua già bollente il calcolo del tempo è più preciso e il tuorlo risulterà cremoso senza rischio di «passare di cottura».

**Mondare** i bruscandoli conservando solo le cime (4-5 cm) e i germogli laterali. Sciacquateli eliminando i residui di terra.

**Scolate** i bruscandoli, saltateli in un velo di olio ben caldo con un pizzico di sale per 1 minuto: rimarranno al dente.

**Sgusciate** le uova, apritele e conditele a piacere con una macinata di pepe e qualche fiocco di sale. Servitele con i bruscandoli e le cialde.

## Costine marinate al miele e spezie

**Cuoco** Giovanni Traversone  
**Impegno** Medio  
**Tempo** 2 ore e 10 minuti  
più 30 minuti di marinatura

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg costine di maiale  
miele di acacia  
yogurt intero  
mix di spezie in polvere  
(curcuma, cumino, finocchio,  
zenzero, cipolla)  
tarassaco mondato  
4-5 ravanelli  
1 cetriolo  
salsa di soia  
olio extravergine di oliva  
sale  
pepe

**Accomodate** le costine su un grosso foglio di carta da forno, salate, pepate e massaggiate la carne; conditela con il miele da tutti e due i lati e poi con un paio di cucchiaini di yogurt, aggiungete il mix di spezie, qualche goccia di salsa di soia per lato e massaggiate ancora la carne per distribuire bene il condimento. Mettetela a insaporire in frigo per 30 minuti circa.

**Infornate** quindi le costine a 140 °C per 2 ore circa: alla fine della cottura la superficie dovrà essere molto ben rosolata e croccante e la polpa dovrà staccarsi molto facilmente dall'osso.

**Preparate** un condimento mescolando qualche cucchiaino di yogurt con sale, olio, dadini di ravanello e di cetriolo privato dei semi.

**Servite** le costine con il tarassaco, condito con un filo di olio, e con la salsa, completando a piacere con dadini di cetriolo e fettine di ravanello.

1  
Per facilitare il distacco della carne dopo la cottura, raschiate le costine crude lungo gli ossi eliminando la pellicina e una parte di grasso che li ricopre.



Ciò che arancione  
La Spiga, travaglio giallo  
Centravola Milano,  
bucchiari arancioni  
Jannelli & Volpi.





## Manzo alla senape con salsa di avocado

**Cuoco** Giovanni Traversone

**Impegno** Medio

**Tempo** 1 ora

### INGREDIENTI PER 6 PERSONE

1 kg scamone di manzo  
450 g patate novelle  
1 avocado  
1 cren  
senape  
rosmarino  
salvia  
alloro – lime  
olio extravergine di oliva  
sale – pepe

**Ripulite** la superficie dello scamone eliminando eventuali parti di tessuto connettivo e di grassi; conditelo con olio, un generoso cucchiaino di senape, rosmarino, salvia e alloro grossolanamente tritati, sale e pepe; accomodatelo su una placca foderata di carta da forno e fatelo insaporire per 15 minuti.

**Rosolatelo** poi in padella in un velo di olio facendogli prendere un bel colore bruno su tutta la superficie.

**Ponetelo** sulla placca e infumatelo a 200 °C per 25 minuti circa: la carne rimarrà succulenta e rosata all'interno.

**Lavate** le patate novelle con la buccia (noi abbiamo scelto quelle violette) e tagliatele a rondelle sottili; conditele in modo uniforme con olio e sale (per comodità, fate questa operazione

in una ciotola, mescolandole con le mani); distribuite le rondelle su una placca foderata di carta da forno in modo che si sovrappongano il meno possibile, e infumatelo a 180-190 °C per 10 minuti.

**Mondate** l'avocado, tagliatelo a pezzi e frullatelo con 1 cucchiaino di succo di lime, 2 cucchiaini di olio, sale e un paio di cucchiaini di acqua ottenendo una salsa cremosa.

**Sfnorate** lo scamone, lasciatelo riposare per una decina di minuti in modo che i succhi di redistribuiscano in modo uniforme nella polpa, quindi tagliatelo a fette, completatelo con una grattugiata di cren e servitelo con la salsa di avocado. Ottimo anche a temperatura ambiente: in questo caso, è meglio affettarlo sottile.

## Petto di faraona croccante

**Cuoco** Giovanni Traversone

**Impegno** Facile

**Tempo** 30 minuti

### INGREDIENTI PER 2 PERSONE

1 petto di faraona  
70 g pane con la crosta  
10 asparagi  
2-3 fragole  
maggiorana – timo  
olio extravergine di oliva  
burro – sale

**Mondate** gli asparagi usando il pelapatate per pulire la parte bassa del fusto.

**Dividete** il petto di faraona a metà e cuocete le due parti in padella in un velo

di olio ben caldo: rosolateli prima dal lato della pelle per 4-5 minuti a fiamma viva, poi girateli, unite un fiocchetto di burro, che arricchisce il sapore e accentua il colore, e continuate a cuocere per altri 5 minuti. Spegnete il fuoco e lasciate riposare in padella per 5 minuti.

**Frullate** il pane ottenendo delle briciole grossolane. Aggiungete un ciuffetto di timo e uno di maggiorana e frullate ancora brevemente. Tostate il pane in una padella antiaderente senza grassi; quando sarà ben asciutto, aggiungete un filo di olio e continuate a tostare per un po'.

**Tagliate** gli asparagi «a fetta di salame» e saltateli in padella con poco olio e un pizzico di sale per un paio di minuti, spegnete e unite le fragole a dadini.

**Tagliate** i mezzi petti di faraona in fette piuttosto spesse e servitele con gli asparagi, le fragole e il pane tostato.



Platto della faraona  
Centrotavola Milano,  
bicchieri Alessi,  
vasoia del manzo MV%  
Ceramics Design.





❗ Questa Pavlova è opera di Brendan, il nostro art director, che si è misurato con una ricetta australiana, come lui. Per ottenere una «crosta» candida, bisogna tenerla d'occhio per tutta la cottura: appena qualche ciuffo comincia a colorirsi, abbassate un po' la temperatura del forno.

❗ Il bagnomaria si usa per salse e creme a base di uova. Per cuocerle senza che si coagulino, il loro recipiente non deve toccare l'acqua calda.

## Pavlova tropicale

**Cuoco** Brendan Allthorpe  
**Impegno** Medio  
**Tempo** 2 ore più 2 ore di raffreddamento  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 6 PERSONE

360 g zucchero semolato finissimo  
250 g panna fresca  
250 g yogurt greco  
180 g albumi (circa 5)  
cremortartaro  
amido di mais  
aceto di vino bianco  
mango – cocco  
frutto della passione  
menta

**Cominciate** a montare gli albumi (devono essere a temperatura ambiente) con un cucchiaino di cremortartaro usando le fruste elettriche o l'impastatrice con l'accessorio a gomito. Quindi, senza smettere di montare, aggiungete un cucchiaino di zucchero alla volta, incorporandolo bene prima di aggiungere il successivo.

**Smettete** di lavorare gli albumi quando lo zucchero si sarà sciolto (toccando la meringa non si dovranno più sentire i granelli).

**Aggiungete** alla fine 1 cucchiaino raso di amido di mais e un cucchiaino di aceto e montate ancora per qualche secondo.

**Disegnate** su un foglio di carta da forno un cerchio di 22 cm di diametro e con esso foderate una teglia da forno, ponendo verso il basso la parte scritta.

**Distribuitevi** la meringa a grandi cucchiainate, quindi modellatela in forma di torta alta 6-7 cm. Create un incavo al centro (servirà per accogliere la farcitura e la frutta).

**Informate** nel forno statico a 140 °C per 1 ora e 30 minuti circa. Al termine spegnete il forno e, senza aprirlo, lasciatevi la meringa finché non si sarà completamente raffreddata.

**Montate** la panna e incorporatela allo yogurt con i semi raschiati da un baccello di vaniglia.

**Completate** la Pavlova con la panna, fettine di mango, frutto della passione, lamelle di cocco e foglioline di menta.



## Crema al limone e biscotti ai fiocchi di avena

**Cuoco** Joëlle Néderlants  
**Impegno** Medio  
**Tempo** 1 ora più 2 ore di riposo  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 6 PERSONE

270 g burro morbido  
100 g zucchero semolato  
100 g farina di farro integrale  
100 g fiocchi di avena  
60 g zucchero di canna  
3 limoni bio  
2 uova – lievito in polvere  
bicarbonato – sale

### CREMA

**Grattugiate** la scorza dei limoni e spremetene il succo. Amalgamate in una ciotola, adatta per il bagnomaria, la scorza con lo zucchero semolato e le uova intere. Unite in ultimo il succo e mescolate delicatamente. Cuocete

il composto a bagnomaria, sospeso sull'acqua, che dovrà appena fremere e non bollire tumultuosamente. Mescolate con una frusta per 3-4 minuti, finché la crema non si sarà addensata.

Togliete dal fuoco e fate intiepidire, continuando a mescolare per alcuni minuti. Unite 150 g di burro con la frusta, amalgamandolo a poco a poco.

Fate riposare in frigo per 2 ore. Poco prima di mangiarla montatela con le fruste elettriche per 1-2 minuti: diventerà più chiara e più spumosa.

### BISCOTTI

**Frullate** in un mixer i fiocchi di avena con la farina di farro. Unite quindi 120 g di burro e lo zucchero di canna. Aggiungete un pizzico di bicarbonato e un pizzico di sale, infine una presa di lievito in polvere. Impastate con le mani ottenendo un composto compatto. Fatelo riposare in frigo, coperto, per 1 ora. Stendetelo poi a 4-5 mm di spessore e ricavate dei biscotti con un tagliapasta rotondo (ø 8). Informate a 180 °C per 12-14 minuti. Sfornate i biscotti, fateli raffreddare e serviteli con la crema al limone montata.



❶  
La pectina è un addensante e gelificante naturale ricavato dalla frutta. Si trova al supermercato, nel reparto dei prodotti per la pasticceria.



## Torta «sbrisolata» ai semi di zucca con composta di fragole

**Cuoco** Joëlle Néderlants  
**Impegno** Medio  
**Tempo** 1 ora e 35 minuti più 1 ora di riposo  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

750 g fragole  
150 g zucchero più un po'  
150 g burro – 150 g farina 00  
150 g semi di zucca  
1 lime bio  
pectina – latte – sale

### RIPIENO

Tagliate a metà le fragole e saltatele in padella con 40 g di zucchero per 10 minuti; 2 minuti prima di spegnere mescolatele con cura con un mix di 2 cucchiaini di pectina e 3 cucchiaini di zucchero; spegnete, unite un po' di scorza di lime grattugiata, stendete la composta in un vassoio e lasciatela raffreddare.

### PASTA

Frullate la farina con i semi di zucca. Poi, in una ciotola, lavorate la farina ottenuta con 100 g di zucchero e il burro morbido a tocchetti, un pizzico di sale e 1 cucchiaino di latte, se serve

per amalgamare. Lavorate con le mani ottenendo un impasto compatto, copritelo e fatelo riposare in frigo per 1 ora. Federate poi uno stampo a cerniera (ø 20 cm) con ¾ dell'impasto, formando anche un bordo alto 3 cm. Coprite il fondo con carta da forno, riempite lo stampo con legumi secchi e infornate a 180 °C per 20 minuti, quindi eliminate carta e legumi e infornate di nuovo per altri 15 minuti.

Sfornate, distribuite la composta di fragole nello stampo e coprite con l'impasto rimanente, grattugiandolo con la grattugia a fori grandi. Infornate di nuovo a 180 °C per 20-25 minuti. Servite con gelato fiordilatte.

# carta degli abbinamenti

a cura di VALENTINA VERCELLI

14 vini e 2 birre per accompagnare i piatti del nostro ricettario



### Capesante, avocado e friggiti pag. 44

I profumi di fiori di una **Ribolla Gialla** dei **Colli Orientali del Friuli** ben si abbinano alla freschezza del piatto. Il **2017 di Torre Rosazza** ha anche intriganti note di melone. **13 euro**. [torrerossazza.com](http://torrerossazza.com)



### Minestrone di primavera pag. 49

Ci vuole un bianco leggiadro, come la **Bianchetta Genovese**, per rispettare questo piatto veg semplicissimo. L'**U Pastine 2017 di Bisson**, sottile e sapido, è tra i migliori della tipologia. **11 euro**. [bissonvini.it](http://bissonvini.it)



### Fiori di zucca ripieni pag. 54

Il **Vermentino** ligure è la scelta giusta per ricette con verdure e formaggi. Il **Pianacce 2017** prodotto da **Giacomelli** sui **Colli di Luni** ci piace per gli aromi agrumati e mentolati. **14 euro**. [azagricola.giacomelli.com](http://azagricola.giacomelli.com)



### Petto di faraona croccante pag. 60

Il **Santa Maddalena**, che nasce sui pendii a nord di Bolzano, è un rosso elegantissimo, ideale con carni bianche e rosse. Ottimo il **Rondell 2017 di Glöggelhof**, da servire fresco. **14 euro**. [gojer.it](http://gojer.it)



### Mini burger pag. 45 – Risotto alla mela pag. 47

Ci vuole una bollicina, come il **Metodo Classico Brut N. 10 2015 di Valdo**: è fatto con l'uva glera, quella del Prosecco, ma la fermentazione in bottiglia gli dà una marcia in più. **15,50 euro**. [valdo.com](http://valdo.com)



### Ravioli alla spigola pag. 50 – Filetti di gallinella pag. 52

Bianco e gentile, sceglierlo così il vino per le ricette di pesce più leggere. Da provare il **Trebbiano d'Abruzzo 2017 di Costadoro**, con grado alcolico contenuto e lievi sentori di frutta esotica. **5 euro**. [vinicostadoro.it](http://vinicostadoro.it)



### Giardiniera pag. 57 Insalata mista pag. 57

Una birra **Lager**, fresca e non troppo amara, va bene con i nostri piatti di verdure. Quella del birrifico **Brooklyn** ci piace per il gusto floreale, con finale resinoso. **2,30 euro**. [carlsbergitalia.it](http://carlsbergitalia.it)



### Manzo alla senape pag. 61

Il **Chianti Classico** è uno dei grandi rossi italiani capaci di valorizzare la carne di manzo. **Storia di Famiglia 2015 di Cecchi** è un'etichetta affidabile, con un ottimo rapporto tra la qualità e il prezzo. **8,50 euro**. [cecchi.net](http://cecchi.net)



### Tarte tatin di cipollotti pag. 46

Le note aromatiche di un **Frascati Superiore** vanno a braccetto con la dolcezza delle cipolle. L'**Abelos 2017 di De Sanctis** è una buona scelta per i suoi profumi intensi e il gusto rotondo. **11 euro**. [frascati-wine.com](http://frascati-wine.com)



### Baccalà e piselli pag. 51

Il retrogusto ammandorlato del **Verdicchio dei Castelli di Jesi** bilancia la dolcezza dei piselli e la sapidità va a braccetto con il baccalà. Il **2017 di La Staffa** è biologico e molto tipico. **11 euro**. [vinilastaffa.it](http://vinilastaffa.it)



### Uovo barzotto pag. 58

Una birra chiara in stile **Pils** pulisce il palato dalla cremosità dell'uovo. A noi è piaciuta quella del **Birrifico La Gastaldia**, molto dissetante, con note erbacee e luppolate. **6 euro**. [lagastaldia.it](http://lagastaldia.it)



### Pavlova tropicale pag. 63 – Crema al limone pag. 63

L'aromaticità fragrante del **Moscato d'Asti** sta bene con le creme e i dolci con la frutta. Il biodinamico **Filari Corti 2017 di Carussin** è ben equilibrato tra dolcezza e acidità. **10 euro**. [carussin.it](http://carussin.it)



### Mezzanotte con crema di piselli pag. 48

I **Riesling renano** dell'**Oltrepò Pavese** sono perfetti abbinati ai primi piatti con verdure. Il **Campo Dottore 2016 di Calatroni** è sapido, con note fruttate e floreali. **11,50 euro**. [calatronivini.it](http://calatronivini.it)



### Salmerino, asparagi e bottarga pag. 52

Il **Sauvignon** è uno dei pochi bianchi che sta bene con gli asparagi. Il **Winkl 2017 di Cantina Terlano**, con aromi di fiori di sambuco e menta, funziona bene anche con il salmerino. **17,50 euro**. [cantina-terlano.com](http://cantina-terlano.com)



### Costine marine al miele e spezie pag. 58

Serve un rosso vellutato e di buona struttura, come il **Cabemet Sauvignon Farnito 2012**, prodotto in Toscana da **Carpineto**, con aromi decisi di liquirizia e marasca. **21 euro**. [carpineto.com](http://carpineto.com)



### Torta «sbrisolata» pag. 64

Un rosso poco alcolico, dolce e spumeggiante, valorizza la nostra torta. Da provare il **Sangue di Giuda Paradisi 2017 di Bruno Verdi**, che nasce in **Oltrepò Pavese** da vigne molto vocate. **8 euro**. [brunoverdi.it](http://brunoverdi.it)





Come tutti,  
anche noi  
facciamo la spesa.  
Ecco quello  
che abbiamo  
messo nel carrello  
per la cucina  
di questo numero

1. La Farina di lenticchie rosse bio di Fior di Loto è ricca di proteine e di fibre. Mescolata con acqua e sale e cotta in forno diventa una cialda ideale per accompagnare uova barzotte o strappazzate, pâté e formaggi cremosi.
2. Aggiungono un tocco croccante all'insalata mista i cereali integrali Fitness di Nestlé. A base di avena, frumento e riso.
3. I Ceci decorticati biologici di Baule Volante vengono privati della cuticola con un metodo meccanico: non sarà necessario metterli a bagno e cuoceranno più rapidamente del solito.
4. Da provare per arricchire una zuppa, condire un'insalata o accompagnare una torta salata, la Panna Acida di Meggle contiene solo il 12% di grassi. Si acquista in bicchieri da 180 ml, pronta da usare.

5. Mezze maniche, rigatoni, penne rigate... Per un sugo fresco di verdure ci vuole la pasta corta. Quella di Granoro, prodotta in Italia, è in vendita anche in pacchetti da 1 kg.
6. Sono grigliati, conditi con erbe aromatiche e spezie e conservati in olio di girasole i Datterini Grigliati di Valbona. Buoni come antipasto o per insaporire un secondo di pesce.
7. 100% latte dell'Alto Adige biologico per la Bio Mozzarella di Brimi. Sapore delicato e consistenza morbida. Oltre alla «palla» da 100 g sono disponibili anche le Bio Mozzarelle.

8. Si chiama Markenbutter Gold il burro di Bayernland. Super cremoso, sempre «spalmabile», contiene l'82% di grassi per rendere i biscotti e la fralla ancora più setosi e ricchi.

9. Pane Spuntinelle ai 7 cereali di Morato, per chi non ha tempo di impastare e infornare il pane per preparare i sandwich.
10. Una nota sapida, decisa, che sa di estate con i Capperi al sale D'Amico. Per preparare un trito aromatico da accompagnare a un filetto di pesce o arricchire la salsa per un pinzimonio di sedano e ravanelli.
11. Yogurt intero bianco naturale di Mila. Al latte pastorizzato e omogeneizzato vengono aggiunti *Streptococcus thermophilus* e *Lactobacillus bulgaricus* per trasformarlo in uno yogurt dalla consistenza vellutata.

12. Per accompagnare una fetta della nostra torta «sbrisolata» alle fragole ci vuole una pallina di gelato Fiordilatte la Cremeria. In vendita nella nuova vaschetta da 500 g con coperchio trasparente.



Tutti i salumi Levoni sono 100% Made in Italy e nascono nell'assoluto rispetto delle ricette tradizionali, per questo li trovi solo nei locali più prestigiosi e nelle migliori salumerie.

Perché la qualità, quella vera, ha bisogno di grandi ambasciatori.

levoni.it





MESE PER MESE FRUTTA E VERDURA SELEZIONATA  
CON CURA RISPETTANDO LA STAGIONALITÀ. PERCHÉ IPER, LA GRANDE I  
È IL LUOGO IDEALE IN CUI FARE LA SPESA

# FRESCA TUTTO L'ANNO



**Sui prodotti freschi non esistono compromessi.** Il cliente va rispettato attraverso la garanzia di alimenti gustosi. Iper, La grande I ha tra i suoi obiettivi quello di preferire prodotti italiani, con un'attenzione scrupolosa per quelli freschi e freschissimi. Negli ipermercati Iper, La grande I si può parlare di km 0 e attenzione alla provenienza. La filiera, quando si può, è cortissima grazie ad un contatto diretto con i piccoli produttori nei dintorni dei punti vendita. La maggior parte



della frutta e verdura acquistate da Iper, La grande I, infatti, sono italiane e per ciascun ipermercato vengono selezionati produttori locali così da garantire massima freschezza, valorizzare le tradizioni e rispettare la stagionalità, per portare in tavola prodotti freschissimi.



Pause pranzo

# PANE, AMORE & BUFALA

Sopra, un timballo di paccheri di Eccellenze Campane con pomodoro fresco. In alto, nel locale di Milano si fa la mozzarella. A sinistra la sala al piano terra e, a destra, il banco della pasticceria.

La pizza all'acqua di mare o la mozzarella fatta davanti ai vostri occhi. Napoli seduce Milano con un nuovo locale. Dove si fa anche la spesa, molto verace **Testi SARA TIENI**

**S**i inizia in maniera innocua, addentando una bruschetta al pomodorini del Piennolo, quelli dolcissimi che crescono sulla terra del Vesuvio, si continua con i «frittini». Poi, ma sì, perché non concedersi un po' di mozzarella di bufala? In fondo il casaro l'ha appena preparata proprio lì, davanti a me, nel microcaseificio a vista in mezzo alla sala. Dopo un quarto d'ora seduti a un tavolo di **Eccellenze Campane** il contacalorie inizia a sembrare un gadget sopravvalutato. Questo nuovo locale (800 metri quadrati su tre piani a due passi dal Castello Sforzesco, aperto dalle 7 alle 24), visto in pausa pranzo, pullula di efficienza milanese (i ritmi sono veloci), mista a una certa rilassatezza partenopea, che ti fa sentire anche un po' in vacanza.

Il format sbarca in terra meneghina dopo i successi di Napoli (con due locali, Eccellenze Campane Napoli, che va dallo street food alla birreria e offre anche lezioni di cucina e degustazioni, e Eccellenze Campane Mare, sul golfo, per piatti più contemporanei) e di Londra (Panzo by Eccellenze Campane,

specializzato in business lunch). E non si ferma qui: «Apriremo presto a San Paolo del Brasile, dove ci sono quattro milioni di immigrati italiani. La location è stata individuata nel quartiere di Jardins, con un format abbastanza simile a quello di Milano», spiega l'imprenditore Paolo Scudieri, presidente di Eccellenze Campane. La sua famiglia, a capo dell'Adler-Pelzer Group (leader internazionale nel settore componenti per l'industria del trasporto), quattro anni fa ha deciso con grande determinazione di investire nella ristorazione di qualità, partendo proprio dai prodotti della Campania. «Eccellenze è un polo alimentare che seleziona il meglio dei nostri prodotti, tra cui molti Dop e Igp». Tradotto: casari, pescatori, allevatori, produttori di pasta artigianale e coltivatori che forniscono i ristoranti in questione, dove queste materie prime sono anche in vendita. Nel locale milanese si può scegliere tra diversi format: c'è il ristorante per pause più veloci al piano terra, con pasticceria e casaro a vista; per una cena più intima o per riunioni di lavoro c'è, al piano superiore, la Trattoria Cetara, un ambiente più raffinato che

a vista stavolta ha la cucina e una bella serie di etichette di vini. In carta, grandi classici che puntano soprattutto sulla bontà degli ingredienti base. Degna di nota la pizza impastata con l'acqua di mare, il cui panetto riposa per ore per garantire la massima digeribilità, la pasta trifilata al bronzo, servita con vongole veraci o in «scarpariello» e cioè semplicemente con pomodoro e formaggio. Se poi siete golosi, ci sono le sfogliatelle calde e i babà al caffè. «Siamo capaci di preparare 250 coperti, tutti al momento», spiega Scudieri. «In molti si innamorano delle materie prime e le acquistano per replicare a casa. Da poco abbiamo inaugurato anche un servizio di cestini da portare via». L'ingrediente (segreto) del successo? «Piatti sani e bilanciati, non a caso ci siamo rodati con gli sportivi: da qualche anno siamo i fornitori ufficiali di **Casa Italia** (la sede del team olimpico italiano e di tutti i suoi ospiti, ndr), sveglia Scudieri. All'attivo ci sono già le tavole dei Giochi Olimpici in Corea del Sud, i mondiali di calcio in Brasile del 2014 e i Giochi Olimpici di Rio de Janeiro nel 2016. Prossima tappa, Tokyo 2020.



## PAOLA CONTRIBUISCE A DIMINUIRE IL SUO IMPATTO AMBIENTALE

Scopri come cambiare anche tu il mondo  
con le scelte di ogni giorno su [alcenero.com](http://alcenero.com)



Agricoltori biologici  
dal 1978



INSALATA SICILIANA

# MISSIONE COLORE

Famosi nel mondo per i loro vestiti pieni di gioia, i Missoni hanno fatto dell'amore per le persone, per l'ospitalità e per il buon cibo il proprio stile di vita. Lo raccontano per la prima volta in un libro-ricettario che è anche un affascinante album dei ricordi

Testo MARINA BAUMGARTNER



C'era una volta una ragazzina lombarda che andò in gita a Londra, durante le Olimpiadi. Allo stadio di Wembley vide un atleta alto e bellissimo. I due giovani si innamorarono e si sposarono. Erano Rosita e Ottavio Missoni. Insieme hanno fondato un'azienda che tutto il mondo conosce per i capi in maglieria, l'inconfondibile zigzag, i mirabili mix di colori. Hanno avuto tre figli e oggi Angela, l'unica femmina, disegna le collezioni moda, mentre Rosita si occupa di Missoni Home. Anche Angela ha avuto tre figli, Margherita, Teresa e Francesco, tutti cresciuti a «pane, moda, colore e amore per la cucina».

E oggi è proprio Francesco a firmare il libro *The Missoni Family Cookbook* di Assouline, in uscita in tutto il mondo il primo maggio. «Mi piaceva mangiare e a cinque anni mi sono cimentato con il mio primo piatto: omelette con gorgonzola. A quindici anni, un'estate in Sardegna ho fatto il classico spaghetti di mezzanotte: un sugo copiato da papà, cipolle soffritte così a lungo che quasi si sciolgono, pomodori pelati e basilico. Fu un tale successo che tutti prenotarono per la sera dopo! Lì ho capito che quello che cucinavo piaceva». L'idea del libro, le ricette di cinque generazioni della famiglia Missoni, è venuta a Francesco. Il progetto però ha sonnecchiato per un po', finché Angela, un giorno, non ha preso in mano la situazione, coinvolgendo nel progetto la sua amica scrittrice Lisa Lovatt-Smith.

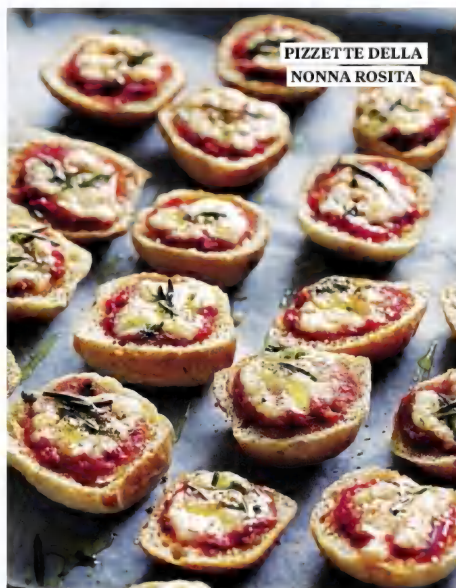
Per la grande famiglia Missoni è davvero una gioia ritrovarsi a tavola. Sono in tanti, e tutti amano cucinare. Chissà che confusione, in cucina! «La regola

è: a casa della mamma comanda la mamma, da nonna Rosita comanda lei. The General e The President, così le chiamano gli amici. Da noi vige il matriarcato!», ci racconta Francesco. Che quando decide un menu, è molto attento al colore, perché, anche in un piatto, il primo impatto è quello visivo. Il suo più grande successo in cucina? La key lime cheese cake per il compleanno della nonna, una torta per sessanta persone cotta in una teglia gigantesca. Così buona, che da allora Francesco riceve ordinazioni di torte per i compleanni di familiari e amici. E il rapporto fra cibo e moda? «Il cibo è sempre stato parte dell'ospitalità della mia famiglia», dice Angela, «come la moda, che respiro da quando sono nata. Ambedue sono il nostro dna, il nostro modo di essere».

Rosita Missoni ricerca funghi, erbe e radici e li trasforma in piatti deliziosi, con la figlia Angela, collezionista di oggetti stravaganti, come i vasi qui sotto. Nella foto in alto, Rosita con Angela e i nipoti Teresa e Francesco.







PIZZETTE DELLA  
NONNA ROSITA



ZUPPA DI VONGOLE

## Insalata siciliana

**Impegno** Medio  
**Tempo** 20 minuti  
**Vegetariana senza glutine**

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 2 finocchi
- 2 arance
- olive taggiasche snocciolate
- peperoncino essiccato
- olio extravergine – sale

**Mondate** i finocchi, eliminando le foglie e le guaine più esterne. Tagliateli a spicchi, poi a fettine.

**Pelate** a vivo le arance, mettetle da parte gli spicchi, quindi spremete le membrane rimaste in una insalatiera.

**Disponete** le fette di finocchio nell'insalatiera, adagiatevi sopra gli spicchi di arancia, salandoli.

**Cospargete** con le olive e il peperoncino secco tritato, quindi condite con un filo di olio e servite subito.

**Da sapere** Per pelare gli agrumi a vivo, tagliate con un coltello le due calotte, quindi eliminate la buccia, seguendo con la lama la curva, a filo della polpa. Adagiate quindi il frutto nel palmo della mano e incidete con il coltello lungo le pellicine che separano gli spicchi, «scalzando» lo spicchio. Fate questa operazione direttamente

sopra l'insalatiera, in modo da raccogliere il succo che colerà dal frutto. Vedi anche il nostro video su [lacucinaitaliana.it/tutorial/le-tecniche/come-pelare-a-vivo-un-agrumo](http://lacucinaitaliana.it/tutorial/le-tecniche/come-pelare-a-vivo-un-agrumo)

## Pizzette della Nonna Rosita

**Impegno** Facile  
**Tempo** 20 minuti  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 10 PERSONE

- 750 g salsa di pomodoro pronta
- 300 g mozzarella di bufala
- 20 panini tipo bocconcino
- 4 rametti di rosmarino
- olio extravergine di oliva
- sale
- pepe

**Tagliate** a metà i bocconcini di pane e disponeteli su una placca da forno, appoggiati sulla crosta.

**Coprite** la superficie con la salsa di pomodoro.

**Tagliate** a dadini molto piccoli la mozzarella e disponetene due cucchiaini al centro di ogni pizzetta. Condite con aghi di rosmarino, sale e pepe.

**Informate** a 180 °C per circa 5 minuti

o fino a quando la mozzarella non comincia a sciogliersi. Sfornate, completate ogni pizzetta con olio crudo e servite subito.

## Zuppa di vongole

**Impegno** Facile  
**Tempo** 10 minuti più 2 ore di spurgatura  
**Senza glutine**

### INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

- 2 kg vongole
- 250 g vino bianco secco
- 1 spicchio di aglio
- olio extravergine di oliva – sale
- prezzemolo – pepe bianco

**Mettete** le vongole a spurgare in un recipiente con abbondante acqua salata (circa 4 litri e mezzo) per circa 2 ore. Scolatele, controllate che non ci siano conchiglie rotte e sciacquate ancora in acqua fresca.

**Schiacciate** l'aglio e rosolatelo per un minuto in una casseruola con un filo di olio. Aggiungete le vongole e il vino, coprite e fate cuocere per circa 3 minuti, mescolando ogni tanto, finché le conchiglie non si saranno tutte aperte.

**Servitele** con il loro sugo, completandolo con prezzemolo tritato finemente e con un po' di pepe bianco appena macinato.



Angela con i suoi tre figli, in una foto degli anni '90. Fin da piccoli li ha abituati a sapori sempre nuovi e all'amore per la cucina. Francesco, a destra, è diventato un maestro nei primi piatti, Teresa, vicino alla mamma, una maga nel fare biscotti creativi, mentre Margherita, a sinistra, sta imparando adesso.





THE ONE AND ONLY  
BUDINO

## The One and Only Budino

**Impegno** Medio  
**Tempo** 30 minuti  
più 3 ore di raffreddamento  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 6 PERSONE

950 g latte intero  
450 g cioccolato fondente  
240 g farina 0  
200 g burro  
60 g zucchero

**Mescolate** in una ciotola la farina e lo zucchero. In un'altra ciotola versate il latte a temperatura ambiente, quindi incorporatevi farina e zucchero, mescolando finché non saranno ben amalgamati.

**Versate** il composto in una casseruola, filtrandolo con un setaccio e scaldatelo. **Aggiungete** il cioccolato sminuzzato e il burro, e mescolate finché non saranno sciolti. Abbassate il fuoco al minimo e cuocete mescolando per 3 minuti.

**Alzate** la fiamma e cuocete ancora, sempre mescolando, finché il budino non raggiunge una consistenza densa (intorno ai 100 °C). Abbassate nuovamente e cuocete ancora, mescolando, per 7 minuti.

**Riempite** di acqua freddissima uno stampo antiaderente a ciambella (ø 26 cm), per raffreddarlo. Svuotatelo dopo 5 minuti e asciugatelo, quindi versatevi il budino e lasciatelo raffreddare finché non sarà a temperatura ambiente.

**Copritelo** con la pellicola e fatelo raffreddare in frigorifero per 2 ore. **Togliete** il budino dal frigo, levate la pellicola e appoggiate un piatto sullo stampo, quindi rovesciatelo. Se il budino non dovesse uscire dallo stampo, immergete quest'ultimo, brevemente, in acqua calda.

**Servite** il budino freddo, accompagnando a piacere con panna montata.

## Torta di pere e cioccolato

**Impegno** Medio  
**Tempo** 2 ore e 30 minuti  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 6 PERSONE

350 g farina  
200 g burro  
120 g zucchero  
30 g cacao



Rosita Missoni  
e la figlia Angela.

3 pere Kaiser  
2 biscotti al burro  
1 uovo grande  
limone

**Sbucciate** le pere, privatele del torsolo e tagliatele in quarti; cospargetele con succo di limone in modo che non si anneriscano.

**Mescolate** in una ciotola la farina con il cacao e lo zucchero. Aggiungete l'uovo e mescolate ottenendo un impasto. Unite il burro, morbido, e impastate con le mani finché non avrete un panetto omogeneo. Dividetelo a metà, lasciandone una parte nella ciotola e disponendo l'altra su un foglio di carta da forno infarinato.

**Stendete** la pasta sul foglio di carta



TORTA DI PERE  
E CIOCCOLATO

da forno prima con le mani poi con il matterello in uno strato di circa 1 cm. **Ritagliate** un disco di 20 cm di diametro. **Rimettete** i ritagli nella ciotola insieme alla pasta rimasta, rimpastate tutto e stendete poi la pasta nello stesso modo; ritagliatevi un disco di 25 cm di diametro. **Spezzettate** i biscotti e sparpagliate le briciole sul disco più piccolo. Capovolgetelo con l'aiuto di un altro foglio di carta da forno, in modo che i biscotti restino sotto, e trasferite il disco su una placca. Togliete il foglio di carta da forno rimasto in superficie e disponete sulla pasta i quarti di pera, con la parte più sottile verso il centro, a raggiera. **Coprite** le pere con il disco più grande e sigillatelo ai bordi con i rebbi di una forchetta. Bucherellate la superficie con uno stecchino e infornate a 190 °C per 1 ora e 30 minuti circa.



Scritto da Francesco Maccapani Missoni, il libro, in inglese, contiene oltre cento ricette di cinque generazioni ordinate secondo le stagioni e illustrate con tante foto in stile diario di famiglia. Pubblicato da Assouline, The Missoni Family Cookbook dal 1° maggio si potrà acquistare online su [www.assouline.com](http://www.assouline.com) e nella boutique di Venezia, Assouline at The Bauer Hotel (tel. 041 240 6876). 50 euro

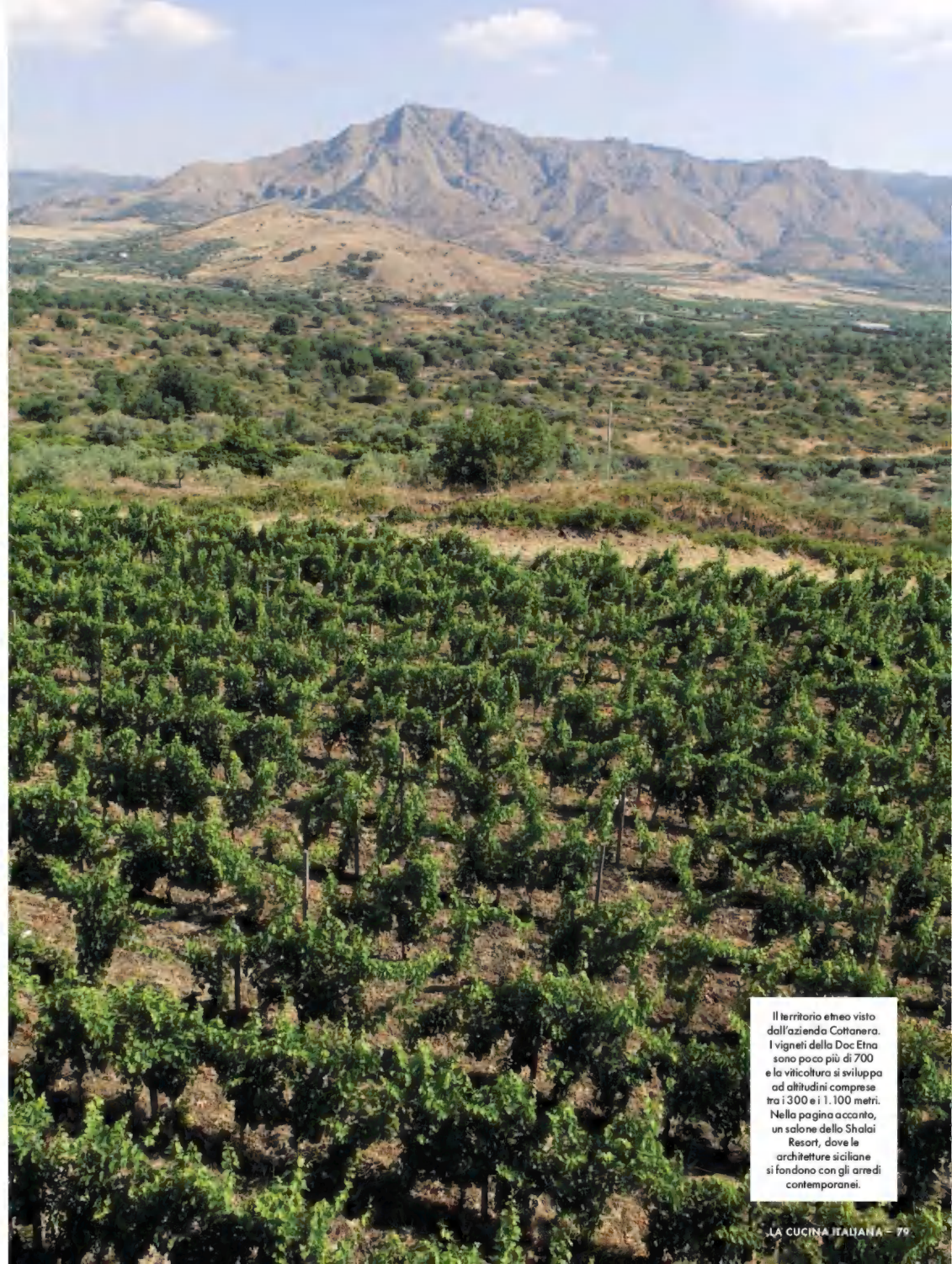




# DALLA LAVA nascono i sapori

Siamo stati sul vulcano attivo più alto  
d'Europa e abbiamo scoperto  
che qui i prodotti della terra hanno  
un'intensità che resta nel cuore.  
Come lo stile e il calore dell'ospitalità

Testi VALENTINA VERCELLI, Foto GIACOMO BRETZEL



Il territorio etneo visto  
dall'azienda Cottanera.  
I vigneti della Doc Etna  
sono poco più di 700  
e la viticoltura si sviluppa  
ad altitudini comprese  
tra i 300 e i 1.100 metri.  
Nella pagina accanto,  
un salone dello Shaloi  
Resort, dove le  
architetture siciliane  
si fondono con gli arredi  
contemporanei.





Alla fine dell'Ottocento sulle pendici dell'Etna c'erano 50.000 ettari coltivati a vigneto e le varietà di uve autoctone erano una quarantina. Dal porto di Riposto i vini raggiungevano il Nord Italia, la Francia e gli Stati Uniti



**C**i sono posti che ti stregano, dopo averli visti non li dimentichi. L'Etna è stato capace di catturarmi già dall'aereo, quando il mio finestrino ha incorniciato un filo di fumo, una piccola nuvola grigia e la cima ancora bianca a primavera inoltrata, in contrasto con il verde dei campi e il blu del mare. Sono arrivata al Rifugio Sapienza, ho dormito a 1.920 metri, incantata da un cielo stellato come non l'avevo mai visto, e il giorno dopo ho preso la funivia e ho camminato sulla terra scura, in uno scenario da pianeta sconosciuto, per raggiungere il cratere più alto, a oltre 3.300 metri di quota. Ed è scattato l'amore.

Deve essere successa la stessa cosa a Chris Martin, Jonny Buckland, Guy Berryman e Will Champion, ovvero i Coldplay, che hanno scelto l'Etna per girare il video della canzone *Violet Hill*. Ma la lista degli innamorati è lunga, comprende gli oltre 700.000 abitanti dei paesi alle sue pendici, che continuano a vivere qui, anche se le eruzioni si ripetono anno dopo anno. E poi imprenditori e vip che hanno comprato vigneti e cantine (l'ultimo è stato Angelo Gaja, uno dei mostri sacri del vino italiano), trasformando questo spicchio di Sicilia nella zona vinicola più calda del momento, meta di turisti da tutto il mondo, che lasciano il lusso e il mare della vicina Taormina per esplorare i paesaggi lavici e per assaggiare nel luogo dove nasce quel vino che li ha sedotti nei ristoranti di Londra o di New York. Poi scoprono tanto altro, perché la terra vulcanica dell'Etna è generosa.

A Bronte nascono i pistacchi più buoni del mondo, da Giarre, Sant'Alfio, Milo e Trecastagni arrivano ciliegie succosissime, da Zafferana Etnea un miele eccellente. Ci sono prodotti Dop, come i fichi d'India e l'olio extravergine Monte Etna, fatto in prevalenza con le olive della varietà Nocellara etnea, e poi ci sono le vigne, spesso vecchissime, grandi e contorte come meravigliose sculture.

«Sull'Etna si trovano alcuni dei vigneti più vecchi d'Italia, ci sono alberelli che hanno più di cento anni e le loro radici vanno a cercare il nutrimento in profondità», racconta la produttrice toscana Silvia Maestrelli, un'altra vittima del fascino del vulcano, che ha ridato vita a un borgo contadino a 670 metri di quota a Castiglione di Sicilia. Al centro della Tenuta di Fessina un palmento del Settecento in pietra lavica conserva la sua antica *chianca*, il torchio per la pressatura dell'uva; qualche olivo e qualche nocciolo, l'affascinante geometria dei muretti di pietra lavica completano il quadro. Impossibile non rimanere incantati, soprattutto se ci si sveglia in una delle bellissime camere fresche di inaugurazione.

Un altro indirizzo dove vale la pena di dormire è lo Shalai Resort di Linguaglossa. Il paese ha 5.000 anime e un intrico di stradette, dove ci si può divertire a scovare le decorazioni barocche che adornano gli antichi palazzi nobiliari, magari assaporando, durante la passeggiata, i dolcetti di pasta di mandorle della pasticceria Pino Azzurro. In hotel però sembra di stare in uno di →







Una granita ai gelsi, tra i gusti più richiesti insieme a mandorla e limone, e i pistacchi di Bronte. Sotto, Tenuta di Fessina, l'azienda vinicola in contrada Rovitello, che Silvia Maestrelli ha cominciato a ristrutturare nel 2007.



quegli indirizzi delle grandi capitali del mondo, dove design e arredamenti contemporanei dialogano con l'essenza più intima del luogo. Il ristorante è l'unico del territorio ad avere una stella Michelin: la cucina di Giovanni Santoro è leggera, creativa, con l'anima radicata nei sapori più schietti del Mediterraneo. La gestione dei fratelli Pennisi, stirpe di macellai celebri sul territorio, assicura alla tavola carne di prima scelta, mentre il pesce arriva tutti i giorni dai vicini mercati di Riposto, Giardini Naxos e dall'Acì Trezza di verghiana memoria.

Di tutt'altro tono sono gli ambienti del Bar Blue Moon, tappa irrinunciabile per assaggiare una delle più buone granite siciliane. La dritta arriva da Alberto Cusumano, esponente di una famiglia palermitana con centinaia di ettari di vigne in varie province, tra cui non potevano mancare i 20 ettari della tenuta Alta Mora a Castiglione di Sicilia. «Il fascino dell'Etna è la sua forza», spiega. «Qui decide il vulcano, in nessun altro luogo è così. La vendemmia è un atto eroico, non solo per le altitudini elevate e il lavoro fatto solo a mano, ma soprattutto perché l'uva matura tardissimo e devi avere il coraggio di aspettare per raccogliere i frutti nel momento giusto».

Ci vuole tanta pazienza e un pizzico di pazzia, ma poi la natura ti premia. I rossi e i bianchi prodotti con le uve autoctone nerello mascalese, nerello cappuccio e carricante non somigliano a nessun altro vino e sono ottimi anche in versione "bollicine", come mi ha svelato l'assaggio del metodo classico prodotto da Cantine Russo. L'energia del territorio e quel sapore semplice, eppure completo, ti conquistano dopo il primo sorso. In più sono vini amici della tavola. Provare per credere all'osteria Cave Ox, nella vicina contrada di Solicchiata, dove Sandro Dibella seleziona i produttori migliori, mentre la moglie Lucia prepara antipasti con olive, pomodori secchi, formaggi e salumi locali, maccheroni con il ragù di suino nero dell'Etna, grigliate di carne e ricette con il baccalà.

A Solicchiata c'è un altro indirizzo eccellente, la cantina Pietradolce dell'imprenditore Michele Faro, della nota famiglia di vivaisti che ha creato il Radicepura Garden Festival, il primo evento internazionale dedicato al garden design e all'architettura del paesaggio, capace di attirare 30.000 visitatori nel parco botanico di Giarre. Qui, il vino da non mancare è l'Etna Rosso Vigna Barbagalli, che nasce a 900 metri da alberelli che raggiungono il secolo di vita.

Poco oltre, la tappa finale del mio tour, l'azienda Cottanera, in contrada Iannazzo. La proprietà della famiglia Cambria è di cento ettari, di cui 165 piantati a vigneto ne fanno una delle più importanti realtà della zona. Bisogna venire durante la vendemmia, magari a bordo degli sferraglianti trenini dei vini che percorrono la Ferrovia Circumetnea, per capire quanto valgono qui le tradizioni. Una squadra di venticinque donne raccoglie l'uva tra chiacchiere e canti. Basta avere una cesoia in mano per sentirsi come in famiglia.

FOTO AG. CONTRASTO, ALESSANDRO SAFFO/SIME

Shalai in dialetto siciliano significa stare bene, essere soddisfatti e appagati. Non poteva che chiamarsi così il resort di Linguaglossa, dove a tavola arrivano i migliori tagli di suini neri dell'Etna o di bovini di razza modicana, allevati per il ristorante e cucinati dallo chef Giovanni Santoro



### INDIRIZZI

Rifugio Sapienza  
rifugiosapienza.com

Tenuta di Fessina  
tenutadifessina.com

Shalai Resort shalai.it

Pasticceria Pino Azzurro  
piazza Matrice 4, Linguaglossa  
tel. 095643843

Bar Blue Moon via Castiglione 4,  
Passopisciaro, Castiglione di Sicilia,  
tel. 0942983140

Cusumano cusumano.it

Cantine Russo cantinerusso.eu

Cave Ox caveox.it

Pietradolce pietradolce.it

Cottanera cottanera.it

Ferrovia Circumetnea  
trenodeivinidelletna.circumetnea.it






OLIO EXTRA VERGINE.  
LA SUA RICCHEZZA,  
LA NOSTRA FORTUNA.

Antonino  
Cannavacciuolo  
Chef



Extra vergine di oliva.  
L'olio ricco di salute, tradizione e cultura.

È una ricchezza della nostra terra, autentico, sano e prezioso per la nostra salute. Le certificazioni DOP e IGP garantiscono la sua tipicità: controlla sempre sull'etichetta la zona di produzione e la provenienza.

Seguici su     
[www.extraverginidoliva.it](http://www.extraverginidoliva.it)

**mipaaf**

ministero delle  
politiche agricole  
alimentari e forestali

# DOPPIO POKER DI



# BATTE TUTTO

Otto sughi per otto formati diversi, dalle linguine ai rigatoni. In più, gli strumenti per prepararla e servirla, una rassegna di paste tradizionali e alternative, notizie e guide per impasti e cotture perfette





# LA PIÙ AMATA DAGLI ITALIANI

Pronta in pochi minuti, è sempre irresistibile. Lasciatevi tentare da 8 nuove proposte, **semplici e molto appetitose**. E il vino? Ci abbiamo pensato noi

Ricette DAVIDE BROVELLI, Testi ANGELA ODOE, Vini VALENTINA VERCELLI,  
Foto MASSIMO BIANCHI, Styling BEATRICE PRADA

## LINGUINE CON MISTO DI POMODORI 30 MINUTI

**Impegno** Facile  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 350 g 1 barattolo di datterini gialli interi in succo
- 320 g linguine
- 120 g 1 piccolo pomodoro costoluto rosso
- 120 g 6 pomodori allungati piccoli tigrati
- 120 g 5 pomodorini tondi
- 120 g mix di pomodorini piccoli colorati
- 120 g pomodorini piccoli tipo datterini arancioni
- 100 g pane tipo baguette
- basilico
- olio extravergine di oliva
- sale – pepe

**Spezzettate** il pane, conditelo con un filo di olio, sale e pepe e infornatelo a 180 °C per 5 minuti.

**Mondate** tutti i pomodori e tagliateli a metà oppure a spicchi, se troppo grandi.

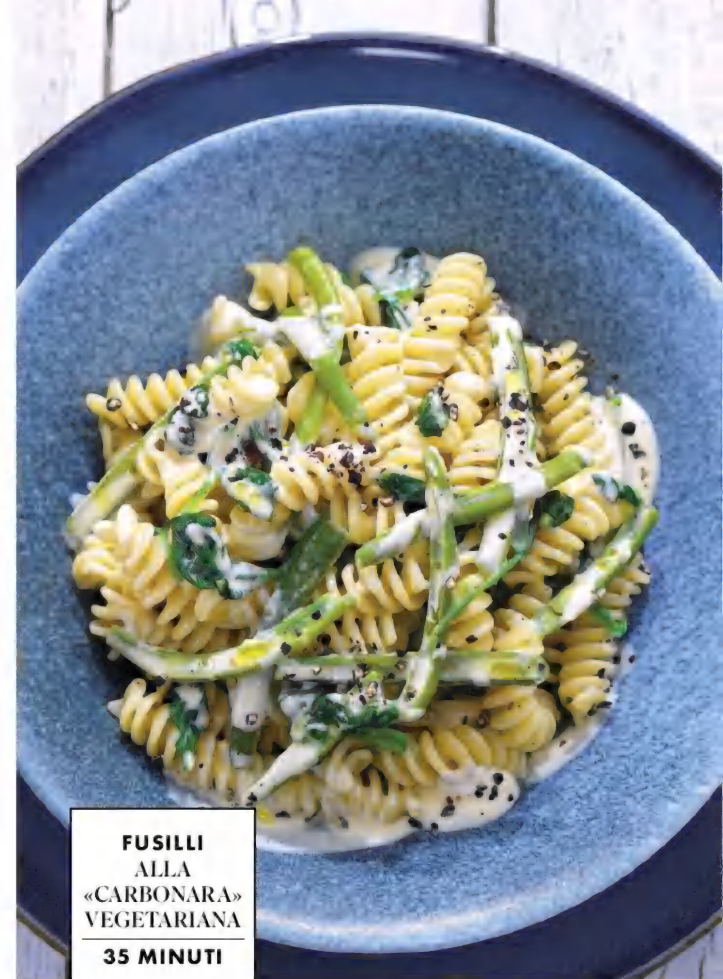
**Scottate** in padella in un velo di olio rovente e a fiamma altissima tutti i pomodori, tranne quelli gialli in barattolo, per 30 secondi, poi conditeli con un po' di pepe e un pizzico di sale.

**Scaldare** i datterini gialli col succo in un velo di olio per 5 minuti, poi schiacciateli con la forchetta e conditeli con un pizzico di sale, se serve.

**Lessate** le linguine al dente in abbondante acqua bollente salata, scolatele nella padella con i pomodori a spicchi, unite il sugo dei pomodorini gialli, il pane tostato e saltate tutto per meno di un minuto. Servite subito completando con foglie di basilico spezzettate e un filo di olio crudo.



Il condimento delle linguine è un inno all'estate: abbinatelo al **Costa d'Amalfi Furore Bianco 2017** di **Marisa Cuomo**, dal memorabile carattere mediterraneo. Servitelo freddo ma non troppo (9 °C). **16,50 euro**. [marisacuomo.com](http://marisacuomo.com)



## FUSILLI ALLA «CARBONARA» VEGETARIANA 35 MINUTI

**Impegno** Facile  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 320 g pasta corta tipo fusilli
- 200 g fagiolini
- 150 g spinacini novelli
- 4 tuorli
- crème fraîche (panna acida)
- olio extravergine di oliva
- sale – pepe

**Mondate** i fagiolini e lessateli in acqua salata per 6 minuti, scolateli, raffreddateli e divideteli a metà nel senso della lunghezza. Poi tagliateli a pezzettini.

**Sbattete** i tuorli con sale, pepe e 1 cucchiaino di crème fraîche.

**Lessate** i fusilli al dente in abbondante acqua bollente salata.

**Scaldare** una padella di grandi dimensioni velata di olio, aggiungete i fagiolini e gli spinacini novelli, unitevi i fusilli appena scolati e completate con i tuorli sbattuti. Saltate tutto sulla fiamma vivace per non più di 1 minuto.

**Servite** completando a piacere con qualche grano di pepe pestato grossolanamente.



La cremosità dell'uovo e della panna acida si bilancia bene con la lieve tannicità della **Malvasia 2016** di **Zidarich**, un capolavoro di vino nato sulle rocce del Carso. Ottimo fresco di cantina (14 °C). **26 euro**. [zidarich.it](http://zidarich.it)



### CONCHIGLIE ALLO SCOGLIO «IN BARATTOLO»

90 MINUTI

**Impegno** Medio

#### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg vongole spurgate  
320 g pasta corta tipo conchiglie  
12 pomodorini datterini  
8 code di gambero  
4 filetti di triglia puliti  
4 moscardini puliti  
olive taggiasche – basilico  
peperoncino fresco – aglio  
prezzemolo – timo – pepe  
olio extravergine – sale

**Raccogliete** le vongole in una casseruola velata di olio con un ciuffo di prezzemolo, mezzo spicchio di aglio e un po' di peperoncino. Coprite e cuocete sulla fiamma viva per 5 minuti circa, finché le vongole non si saranno aperte. Sgusciatele buttando via quelle rimaste chiuse. **Sgusciate** le code di gambero ed eliminate il budellino nero. **Distribuite** in quattro barattoli da 200 ml a chiusura ermetica i gamberi, le triglie, i moscardini, le vongole, 3-4 olive taggiasche, una lamella sottilissima

di aglio, i pomodorini tagliati a metà, qualche fogliolina di basilico e di timo, una macinata di pepe, una rondella di peperoncino, un pizzico di sale, e la quantità di olio necessaria a riempire il barattolo fino a metà dell'altezza. **Sigillate** i barattoli e metteteli in casseruola immersi per metà in acqua; cuocete per 1 ora da quando l'acqua raggiunge 65 °C (non dovrà fremere). **Lessate** la pasta, scolatela e ungetela con poco olio. Distribuitela nei piatti e condite ciascuno con il contenuto di un barattolo. **Più veloce** Anziché cuocere triglie, gamberi e moscardini in barattolo, rosolateli in padella in un velo di olio per pochi minuti.



Fioreale, fragrante e sapido, il **Petite Arvine** prodotto in **Valle d'Aosta** è un bianco che valorizza al meglio pesci, conchiglie e crostacei. A noi piace molto il **2017 di Les Crêtes**. Toglietelo dal frigo 10 minuti prima di berlo (8 °C). **14,50 euro.** [lescretes.it](#)

### TROTTOLE CON LE PRIMIZIE

30 MINUTI

**Impegno** Facile  
**Vegetariana**

#### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

360 g pasta tipo trottole o fusilli  
180 g borragine  
120 g piselli sgranati  
50 g asparagi  
40 g formaggio feta  
15 g pinoli  
1 cipollotto viola  
1 peperoncino fresco  
aglio – finocchietto – melissa  
limone – sale – pepe  
olio extravergine di oliva

**Tritate** grossolanamente i pinoli. **Mondate** il cipollotto e tagliatelo a losanghe.

**Affettate** il peperoncino e lavatelo per eliminare i semi.

**Pulite** gli asparagi e tagliateli a rondelle, dividendo le punte in 2 parti.

**Scottate** i piselli in acqua bollente salata per 1 minuto.

**Cuocete** la pasta in acqua bollente salata, seguendo i tempi di cottura riportati sulla confezione, quindi scolatela.

**Pulite** la borragine e saltate le foglie in una padella capiente con gli asparagi, il cipollotto, i piselli, il peperoncino, i pinoli, uno spicchio di aglio schiacciato con la buccia, un filo di olio e pepe per 1-2 minuti. Eliminate l'aglio, aggiungete la pasta, mescolate e fate insaporire sulla fiamma per 1 minuto, quindi togliete dal fuoco, unite la feta tagliata a cubetti, una grattugiata di scorza di limone, qualche ciuffetto di finocchietto e qualche foglia di melissa, regolate di sale e portate in tavola.



Le paste con le verdure primaverili e i formaggi freschi stanno benissimo con il **Custozza 2017 di Albino Piona**, profumato, delicato e di grado alcolico contenuto. Toglietelo dal frigo 10 minuti prima di servirlo (8 °C). **7 euro.** [albinopiona.it](#)







**SPAGHETTINI  
CON ALICI  
MARINATE  
IN PESTO  
DI CRESCIONE**

**35 MINUTI+**

**Impegno** Medio

**Tempo** 35 minuti più 12 ore di marinatura

**INGREDIENTI PER 4 PERSONE**

320 g spaghetti  
60 g crescione mondato  
più qualche fogliolina  
per decorare alla fine  
32 alici – 1 scalogno  
aceto di vino bianco  
limone – pepe rosa secco  
pepe verde secco  
olio extravergine di oliva  
sale

**Staccate** le teste delle alici, apritele ed evisceratele; sciacquatele sotto l'acqua corrente, poi disponetele ben distese e non sovrapposte su una placchetta con la pelle rivolta verso il basso.

**Frullate** il crescione con qualche grano di pepe verde e rosa, 1 cucchiaino di aceto, il succo di 1 limone, lo scalogno a fettine, una presa di sale e 50 g di olio: otterrete una salsa fluida. Distribuitela uniformemente sulle alici (potete sovrapporle a strati), sigillate la placchetta con la pellicola e mettele a marinare in frigo per non meno di 12 ore. L'ideale sarebbe prolungare la marinatura per 24 ore. Se avanza un po' di salsa di crescione la userete per condire la pasta.

**Lessate** gli spaghetti al dente mentre saltate le alici per meno di 1 minuto in una padella velata di olio; scolateli, gli spaghetti, saltate ancora tutto insieme brevemente unendo il resto della salsa di crescione.

**Servite** subito decorando con grani di pepe rosa schiacciati, qualche fogliolina di crescione e scorza di limone grattugiata.



Un po' di Liguria nel bicchiere con il **Vermentino Etichetta Grigia 2017** di **Cantine Lunae**. Con gli intensi profumi di frutta e fiori, è perfetto con gli spaghetti insaporiti da alici e crescione. Servitelo freddo (7-8 °C). **13 euro.** [cantine.lunae.it](http://cantine.lunae.it)



**STROZZAPRETI  
SALMONE,  
FIORI DI ZUCCA  
E ACCIUGA**

**25 MINUTI**

**Impegno** Facile

**INGREDIENTI PER 4 PERSONE**

500 g filetto di salmone senza pelle  
320 g strozzapreti  
150 g brodo vegetale  
12 fiori di zucca  
2 filetti di acciuga sott'olio  
pecorino grattugiato  
alloro – sale  
nocciole tostate  
uova di salmone  
olio extravergine di oliva

**Verificate** che nel filetto di salmone non vi siano lisce, poi cuocetelo a vapore, per 6-7 minuti al massimo.

**Sminuzzate** una foglia di alloro, eliminate la costa centrale, poi frullatela insieme ai filetti di acciuga, 2 cucchiaini di pecorino grattugiato, il brodo

vegetale e un paio di cucchiaini di olio, fino a ottenere un'emulsione.

**Lessate** gli strozzapreti in acqua bollente salata, scolateli al dente e saltateli in padella con il salmone a pezzetti, i fiori di zucca puliti e spezzettati al momento e l'emulsione.

**Distribuite** gli strozzapreti nei piatti e completate ciascuno con un cucchiaino di uova di salmone e 5-6 nocciole tritate grossolanamente.



Un vino di montagna di buona acidità, come il **Manzoni Bianco 2017** di **Cantina Toblino**, bilancia la consistenza grassa del pesce e va a braccetto con le note sapide dell'acciuga e delle uova. Servitelo freddo (7-8 °C). **9 euro.** [toblino.it](http://toblino.it)





**TAGLIATELLE  
CALAMARI,  
FRIGGITELLI  
E SALSICCIA  
PICCANTE**

**40 MINUTI**

**Impegno** Facile

**INGREDIENTI PER 4 PERSONE**

600 g calamari puliti  
360 g tagliatelle fresche  
100 g salsiccia piccante  
20 foglie di basilico  
4 peperoni friggitelli  
pinoli tostiti  
vino bianco secco  
lime – sale  
formaggio grattugiato  
olio extravergine di oliva

**Tagliate** le sacche dei calamari in listerelle finissime.

**Mondate** i friggitelli e tagliateli in rondelle sottili.

**Preparate** un pesto veloce frullando 1 cucchiaino di pinoli, 1 cucchiaino di formaggio grattugiato, 20 foglie di basilico, 50 g di olio e un pizzico di sale.

**RIGATONI  
GRATINATI  
CON CREMA  
DI PORRI  
E POLLO**

**80 MINUTI**

**Impegno** Facile

**INGREDIENTI PER 6 PERSONE**

500 g 1 coscia di pollo  
500 g pasta corta tipo rigatoni  
450 g porri mondati  
250 g ricotta vaccina  
150 g fave lessate e sbruciate  
formaggio grattugiato  
vino bianco secco  
brodo vegetale – burro  
olio extravergine di oliva  
sale – pepe

**Lessate** la coscia di pollo in un brodo vegetale fremente per circa 1 ora. Scolatela, fatela intiepidire e poi sfilacciatene la polpa.

**Tagliate** a metà per il lungo i porri, poi affettateli non troppo sottilmente e stufateli in una casseruola con un filo di olio e una noce di burro per 2-3 minuti; sfumate con mezzo bicchiere di vino e con due mestoli del brodo di cottura del pollo e proseguite sulla fiamma al minimo per 10-12 minuti. Spegnete, salate, se serve, tenete da parte una cucchiainata generosa di porri stufati e frullate il resto in crema con 100 g di ricotta, sale e pepe.

**Lessate** i rigatoni, scolateli al dente, conditeli con un filo di olio e la crema di porri.

**Disponete** i rigatoni in una pirofila, aggiungete il pollo sfilacciato, il resto della ricotta, le fave, i porri stufati tenuti da parte, qualche fiocchetto di burro, poco formaggio grattugiato e mescolate delicatamente; infornate a 200 °C per 10-15 minuti.

**Sfornate** i rigatoni gratinati e completateli con una macinata di pepe e a piacere con fettine sottilissime di porro tritte. Servite subito.

**Sgranate** la salsiccia e rosolatela in padella, senza grassi, fino a renderla croccante, poi unite i friggitelli, dopo un paio di minuti aggiungete le listerelle di calamari, sfumate con 1-2 cucchiaini di vino, fate evaporare e spegnete.

**Lessate** le tagliatelle al dente, scolatele direttamente nella padella con la salsiccia, unite il pesto e saltate tutto sulla fiamma viva per meno di 1 minuto.

**Servite** subito completando con una grattugiata di scorza di lime.



Per supportare la salsiccia piccante senza prevaricare il gusto delicato dei calamari va bene un rosato di buona intensità, come il **Cirò Rosato 2017 di Cote di France**, da servire molto fresco (12 °C). **9,50 euro.** [cotedifrance.it](http://cotedifrance.it)



Ci vuole un rosso per tenere testa alla struttura del piatto, a patto che sia fresco, poco alcolico e poco tannico, come il **Vittoria Frappato 2017 di Poggio di Bortolone**, da servire fresco di cantina (14 °C). **10 euro.** [poggiodibortolone.it](http://poggiodibortolone.it)

FOTO RITRATTO G. BRETZEL

**DAVIDE BROVELLI**

Figlio d'arte, anzi bisnipote, perché la sua famiglia lavora nella ristorazione da 180 anni. Cuoco raffinato e dai modi gentili, privilegia gli ingredienti del Lago Maggiore, quello su cui si affaccia il suo ristorante, il Sole di Ranco. Per ricaricarsi e trovare nuove ispirazioni ama camminare in montagna.







I passaggi fondamentali della produzione industriale, le regole d'oro della cottura tradizionale e le nuove tendenze

# 1 ARTE E TECNICA NEI PASTIFICI

I passaggi per un'ottima pasta sono 4, un tempo regolati solo dalla sapienza artigiana. Oggi le macchine facilitano le operazioni, ma attenzione e tempi lunghi rimangono garanzia di qualità. **L'impasto** È la mescola della semola (farina di grano duro) con una quantità di acqua che varia dal 18 al 35% della farina. L'impasto non deve incorporare aria, per evitare fermentazioni. Oggi si usa il sottovuoto.

**La gramolatura** È la pressatura dell'impasto con la gramola, per renderlo elastico e omogeneo: anche questa fase avviene sottovuoto, per un composto più compatto.

**La trafilatura** Serve a formare i diversi tipi di pasta. Esistono trafilati in teflon, bronzo e oro: le ultime due lasciano la pasta più porosa e ruvida, adatta a trattenere i sughi. All'uscita della trafilatura, la pasta viene tagliata, oggi automaticamente.

**L'essiccazione** La pasta è ventilata con aria calda perché perda umidità (non può superare il 12,5%). In questa fase la materia prima si stabilizza: più è lento il processo, migliore è la pasta. Alla fine viene riportata a temperatura ambiente e confezionata.

## 2 COME SI CUOCE LA PASTA SECCA...



Lessare la pasta può sembrare facile. Ci sono però dei piccoli accorgimenti importanti a cui bisogna fare attenzione, se si vuole un risultato impeccabile.

**A. L'acqua** deve essere abbondante: la proporzione ideale è 10 parti di acqua per 1 di pasta. La pentola migliore deve essere alta e stretta, per evitare un'eccessiva evaporazione.

**B. Il sale** va aggiunto solo quando l'acqua bolle, perché rallenta l'ebollizione. Deve essere sale grosso e ne servono 10 g per ogni litro.

**C. Gli spaghetti** e gli altri formati lunghi devono essere integri, ed è preferibile non spezzarli. Scegliete pentole alte, per immergerli il più possibile fin da subito. Prendeteli tra le mani e ruotateli una in senso opposto all'altra, per una disposizione più omogenea nella pentola.

**D. Il tempo** è basilare: sulle confezioni sono indicati i tempi di cottura, ma l'assaggio e l'esame della pasta sono sempre consigliati: spezzando la pasta, il cuore deve apparire più chiaro.

**E. L'idea in più** L'acqua della pasta è ricca dell'amido rilasciato durante la cottura: aggiungetene un po' nel sugo, servirà per legarlo meglio, rendendolo più cremoso.



FOTO ARCHIVIO LCI, AG. CONTRASTO, 123RF

## 3 ... E QUELLA FRESCA



### FORMATI LUNGI

Tagliatelle, tagliolini, spaghetti alla chitarra sono preparati con impasti all'uovo. Per cuocerli bastano pochi minuti, secondo lo spessore. Tuffateli in abbondante acqua bollente salata e cuoceteli per 30 secondi, se sono molto sottili, e fino a 1 minuto e mezzo, se più spessi. Scolate la pasta e conditela subito: scegliete sughi più saporiti per paste più rustiche, più delicati per le più sottili.



### FORMATI CORTI

Per orecchiette, capunti, trofie, cavatelli freschi i tempi di cottura variano leggermente, in base al grado di essiccazione. Se sono appena fatti, tuffateli in acqua bollente salata per 4-5 minuti dalla ripresa del bollore, in base allo spessore. Scolateli e conditeli con il sugo preferito.

## CHE CONSISTENZA PREFERITE?

### Alla gengiva

Si dice di una pasta cotta leggermente di più della classica cottura al dente: si scola quando il glutine non è ancora gelatinoso. Attenzione ai tempi: la pasta continua a cuocere anche dopo la scolatura, finché non viene servita.

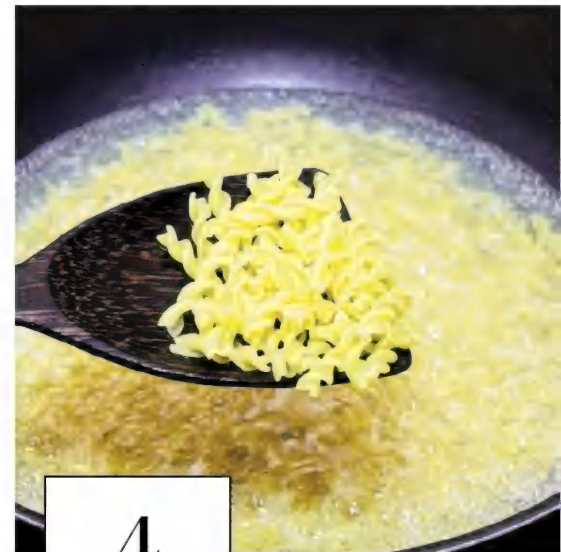
### Al dente

È il punto di cottura che i puristi preferiscono: come identificarlo? La pasta deve essere allo stesso tempo consistente ed elastica, in modo che, pur essendo cotta, opponga una certa resistenza alla masticazione. Così si attivano gli enzimi che ne facilitano la digestione.

### Al chiodo

Piace soprattutto ai puristi del Sud Italia ed è una cottura che anticipa quella al dente: la pasta viene scolata quando è ancora un po' rigida, scricchiola leggermente sotto i denti, e ha la parte centrale ancora bianca. È indicata soprattutto per le ricette che prevedono una mantecatura in padella.

## 4 METODI INNOVATIVI



**A. Come un risotto** Si aggiunge acqua bollente (o brodo), poca per volta, alla pasta in cottura in una casseruola insieme al sugo, che deve essere molto liquido. L'amido della

pasta, anziché disperdersi nell'acqua di cottura, si amalgama con il sugo. Alla fine, il tutto avrà un aspetto cremoso.

**B. Nel wok** Questa padella orientale è ideale per cuocere la pasta direttamente nel condimento, perché, grazie alla forma concava, diffonde meglio il calore, abbreviando i tempi.

**C. Nella pentola a pressione** È una possibilità che fa risparmiare tempo e consente di utilizzare una pentola sola. È anche un metodo ecosostenibile perché cuocendo insieme la pasta e il condimento si risparmiano energia e acqua. Inoltre, si possono utilizzare meno sale e meno grassi.

**D. In «ammollo»** Si può cuocere la pasta per pochissimi minuti e spegnere poi il fuoco, lasciandola in ammollo nell'acqua calda, con il coperchio, finché non raggiunge la consistenza desiderata. Si può anche lasciare a mollo in acqua fredda a lungo e portarla poi semplicemente a bollore per la giusta cottura oppure terminare la cottura in padella. Metodi meno aggressivi che consentono di risparmiare energia e acqua mantenendo al meglio le qualità e i sapori della pasta.



Fumento, farro, mais, legumi, uova, spezie. La nuova frontiera della pasta è sempre più variegata. E più attenta alla salute del nostro pianeta



Gli Spaghetti Integrali di **Alce Nero** sono prodotti, in modo artigianale, con grano khorasan coltivato in Italia. Trafilati al bronzo, vengono essiccati lentamente a bassa temperatura. 4,80 euro [alcenero.com](http://alcenero.com)



Grano duro 100% italiano per le Penne Rigate Bio di **Barilla**. Cottura ecologica in 10 minuti: spegnete il fuoco dopo 5 minuti, mettete il coperchio e la pasta finirà di cuocere nel tempo rimanente. 1,59 euro [barilla.com](http://barilla.com)



Un aiuto in cucina con la Pasta all'uovo surgelata di **Koch**: semola di grano duro, uova pastorizzate, acqua e sale, senza additivi e conservanti. Nel reparto surgelati in confezioni da 500 g fino a 2 kg. Da 2,50 euro [kochbz.it](http://kochbz.it)



Rispecchiano la tradizione della cucina emiliana tutte le paste all'uovo di **Andolini**. Finissime, larghe e mezzane... Anche quelle Paglia e Fieno insaporite con spinaci in polvere. 1,35 euro [andalini.it](http://andalini.it)

## NON DI SOLO GRANO



La linea Harmony Life di **Della Costa** offre sei tipi di pasta particolari. Quella di lenticchie per esempio è composta da un mix di semola di grano duro, farina di lenticchie rosse e pomodoro disidratato. [dallacostalimentare.it](http://dallacostalimentare.it)



Solo farro *tritum dicoccum* bio coltivato in Umbria e nelle Marche e macinato a pietra per le Penne Rigate di **Girolimoni**. Della stessa linea anche gli spaghetti. 2,79 euro [girolimoni.it](http://girolimoni.it)



I Fusilli 100% farina di ceci bio di **Felicia** sono ricchi di proteine, di fibre e di sali minerali. Conservando le caratteristiche dei legumi, sono una valida alternativa, non solo per chi soffre di intolleranza al glutine. [glutenfreefelicia.com](http://glutenfreefelicia.com)



**Germinal Bio** dedica una gamma completa al senza glutine. Le Pappardelle *mais giallo e curcuma* sono una delle tante proposte, diverse per formato e per ingredienti di base. Da 3,50 euro [germinalbio.it](http://germinalbio.it)

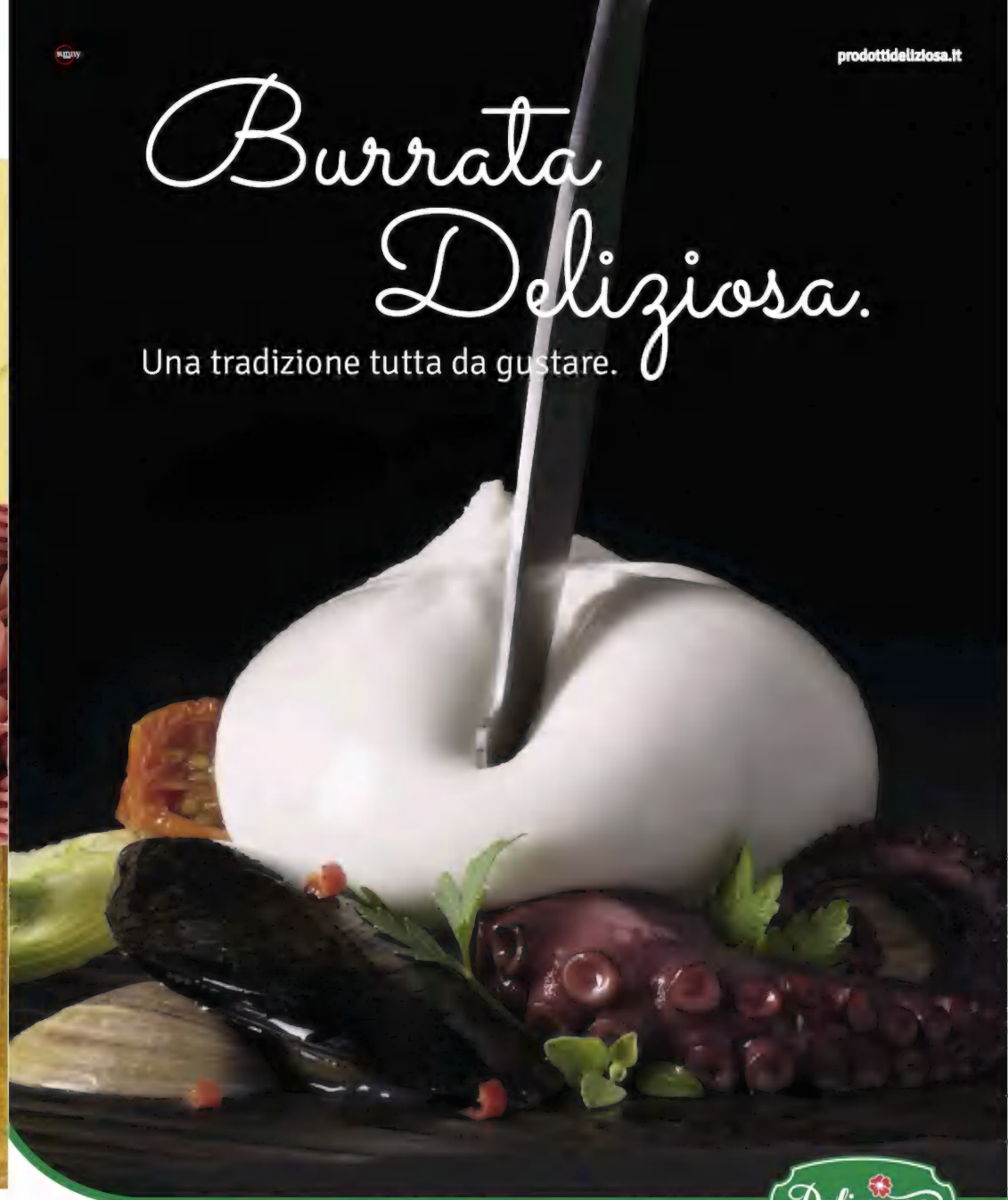
FOTO AG. 123RF

INDIV

prodottideliziosa.it

# Burrata Deliziosa.

Una tradizione tutta da gustare.



Ogni giorno, da 25 anni, selezioniamo il miglior latte delle Murge e lo lavoriamo artigianalmente, nel pieno rispetto della tradizione. Chi assaggia la deliziosa bontà dei formaggi fatti come una volta, non torna più indietro.



UN SAPORE CHE TI PUGLIA





## COTTO & SCOLATO

La sfoglia è sottilissima. Il sugo è stato a lungo sul fuoco, con pochi grassi. I fusilli sono perfettamente al dente. Ecco che cosa serve per fare tutto nel migliore dei modi

1. Uno strumento composto da due parti, una placchetta rigata e un cilindro liscio. Indispensabile per formare i garganelli e per rigare gli gnocchi. Di **Tescoma**. 6,90 euro [tescomaonline.com](http://tescomaonline.com)

2. Fa parte della linea **Pasta Passion** di **Villeroy & Boch** il piatto di design che viene in aiuto quando non c'è un tavolo per appoggiarsi. Ha un piccolo incavo dove

sistemare le posate e una zona che permette di arrotolare gli spaghetti. Premiato con il Red Dot Design Award nel 2016. [villeroy-boch.it/shop](http://villeroy-boch.it/shop)

3. La **Spaghettiera Mini** di **WMF** è composta da pentola, cestello e coperchio. Diametro di 18 cm, capienza ridotta (3 litri) e fondo universale adatto a tutte le fonti di calore, anche

al forno (max 250 °C) e al piano a induzione. 70 euro [wmf.com](http://wmf.com)

4. Non siete mai sicuri di scolare la pasta al momento giusto? Basta usare **Vabene**, l'assaggiapaghetti disegnato da **Miriam Mirri** per **Alessi**: la forma della coppa è studiata per controllare la cottura dei formati lunghi e corti. 28 euro [alessi.com/it](http://alessi.com/it)

5. La casseruola in alluminio con rivestimento atossico a base di acqua della linea **Dr. Green** di **Risoli** è resistente e conduce in modo molto efficiente il calore. Perfetta per cotture senza grassi. Con coperchio di vetro. 113 euro [risoli.com](http://risoli.com)

6. Si chiama **Otello** la macchina per la pasta di **Marcato** in edizione limitata. Disponibile in tre

colori: Gun Metal, Copper Bronze e Sky Chrome con base in tre legni diversi, olmo, wengé e faggio. 182,90 euro [marcato.it/it](http://marcato.it/it)

7. Fondo a 5 strati, pareti a 3 che alternano acciaio e alluminio. È questa la struttura che caratterizza la **Casseruola Chef** da 7,6 litri e l'**Inserto Pasta Chef** di **Tupperware**. Rispettivamente 325 e 140 euro [tupperware.it](http://tupperware.it)

LA CUCINA ITALIANA PER LAGARDÈRE

1

**Tradizione e novità**  
300 g di carne di altissima qualità e ingredienti scelti con un'attenzione particolare per le eccellenze made in Italy, come burrata, pomodori secchi, cipolla caramellata e scamorza. Lagardère propone un menu di hamburger tradizionali e mediterranei che conquista anche i palati più sofisticati.

2

**Una linea «Premium»**  
Coriandolo e avocado freschi, zenzero, salsa piperlina: nella nostra carta arrivano i sapori di tre sfiziose ricette dall'accento contemporaneo, studiati appositamente per la linea «Premium»: due hamburger di pollo e uno vegetale, tutti da scoprire e assaggiare.

3

**Tocchi etnici**  
Provate gli hamburger di pollo: speziati, di primissima qualità, con carne di animali allevati a terra, pensati per accontentare anche chi vuole farsi tentare da una ricetta diversa. Cucinati con amore per un target internazionale, sono preparati tenendo conto delle tendenze e delle novità del mondo food.

4

**Gusto veggie**  
Voglia di un tocco alternativo? Perché no. Lagardère lancia due invitanti per vegetariani e vegani. Protagonisti: tofu, burger di soia e ceci o semi di lino e poltante erbe fresche e verdure di stagione per fare un pieno di vitamine oltre che di sapore, accontentando anche chi ha esigenze particolari.

QUANDO L'HAMBURGER È GOURMET

### Una (buonissima) pausa tra un volo e l'altro

Volete dare un morso alla qualità? Troverete il nuovo menu Lagardère in cinque locali in Italia: il Beercode Kitchen & Bar dell'aeroporto Roma Fiumicino (nella foto) e di Bologna e negli Homeburger degli aeroporti di Venezia, Verona e Bari. Aprirà presto inoltre un Beercode alla stazione di Roma Termini e all'aeroporto di Firenze. In ogni caso, ovunque vi troverete, la formula sarà la stessa: un elegante ma informale, dove assaporare una piacevole pausa pranzo, uno snack o una cena sfiziosa ma di qualità, ingannando l'attesa prima del check-in. Complici dei favolosi hamburger.







SOUFFLÉ AL CHEDDAR

# IL CUOCO E L'AMBASCIATORE

Ventidue anni fa Dario Pizzetti rispose a un'inserzione. Gli parlarono in inglese. Da allora nutre presidenti, principi e diplomatici anglosassoni incrociando accenti british e amatriciana. Senza mai muoversi da Roma

**N**ei ricevimenti a Villa Wolkonsky, residenza dell'ambasciatore del Regno Unito in Italia, arriva sempre qualcosa di prelibato dalla cucina. Che si venga invitati per un breakfast o un pranzo, per una cena placé o un dinner buffet. Altro che Brexit, Jill Morris (prima donna ambasciatore di sua maestà in Italia) organizza eventi e riceve ospiti a getto continuo. Nel 2017 ben 320 eventi in villa per un totale di 10.850 ospiti.

A soddisfare il palato degli invitati ci pensa Dario Pizzetti (nella foto a destra), 49 anni, lombardo di Suzzara, chef dell'ambasciata dal 2004. Ma Pizzetti è nel mondo della diplomazia dal 1996. Prima di arrivare a Villa Wolkonsky è stato sous chef a Villa Taverna, residenza dell'ambasciatore degli Stati Uniti.

La passione per la cucina l'ha ereditata dalla madre («da bambino mi divertivo a chiudere i cappelletti con lei»), ha studiato all'istituto alberghiero e si è fatto le ossa nei ristoranti del Nord Italia. Nel 1996 gli cade l'occhio su un'inserzione. «C'era un numero di telefono», racconta, «chiamo e mi rispondono in inglese. Era l'ambasciata americana. Mi fecero un sacco di domande, curiosi di sapere anche se avevo viaggiato nei paesi del Patto di Varsavia. Alla fine fui assunto».

Dopo aver servito tre ambasciatori americani, nel 2004 non gli sfugge una nuova inserzione. Cercano uno chef a Villa Wolkonsky. «Mi chiamano per un colloquio e mi mettono alla prova con la preparazione di una cena. Alla fine, mentre sto riordinando la cucina, arriva la moglie dell'ambasciatore, mi fa i complimenti e mi chiede quando comincio. In febbraio entro in servizio». Finora Dario Pizzetti ha lavorato per quattro ambasciatori inglesi. Non ha mai incontrato la regina, ma l'anno scorso ha cucinato per Carlo e Camilla. Da buon mantovano, eccelle in risotti e paste ripiene, ma non fa mancare mai il salmone e sperimenta ricette gallesi, come il carré di agnello marinato con miele, coriandolo e zenzero, molto gradito alla gallese Jill Morris. Che però preferisce i bucatini all'amatriciana, più avventurosi e banditi dagli incontri ufficiali per non rischiare di macchiarsi. I pranzi seduti durano non più di 45 minuti e, come assicura l'ambasciatrice, «a tavola si fa diplomazia perché il buon cibo crea un'atmosfera di convivialità che ben dispone al dialogo».



## VILLA WOLKONSKY

Residenza dell'ambasciatore britannico a Roma, prende il nome dalla principessa russa Zinaida Wolkonsky, moglie di un aiutante di campo dello Zar Alessandro I, che acquistò nel 1830 il vasto terreno fra San Giovanni e l'Esquilino, su cui fu edificata la villa. Il grande parco che la circonda è attraversato da un acquedotto romano e i numerosi reperti antichi trovati in loco sono esposti nelle serre all'ingresso della villa. Nel parco c'è anche un orto che rifornisce di frutta e ortaggi le cucine, mentre uno sciamano di api assicura la produzione di una piccola quantità di miele millefiori.



CAPPELLETTI CON SPUMA DI PECORINO, FAVE E GUANCIALE CROCCANTE

## Soufflé al cheddar

«Giorgio Napolitano venne alla villa nel 2012 per il giubileo di diamante della regina Elisabetta, un'occasione importante perché raramente il presidente cenava fuori del Quirinale. Fare dei soufflé fu da pazzi, perché sarebbe bastato un ritardo degli ospiti per mandare in fumo la loro riuscita. Fortunatamente la cena partì in perfetto orario, quando i soufflé erano al massimo splendore e il presidente si complimentò con me».

**Impegno** Medio  
**Tempo** 1 ora  
**Vegetariana**

## INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

500 g latte intero  
140 g formaggio cheddar stagionato  
125 g farina  
125 g burro - pangrattato  
8 uova - sale

**Fate** fondere in una casseruola il burro; aggiungetevi la farina e mescolate ottenendo un roux. Portate a bollore il latte e versatelo nella casseruola con il roux, ricavando così una besciamella piuttosto densa. Lasciate intiepidire. **Aggiungete** il cheddar grattugiato e poi, una alla volta, incorporate i tuorli mescolando vigorosamente. →





FILETTO DI MANZO  
MARINATO ALLE 5 SPEZIE

in una ciotola, copritela con la pellicola e lasciatela riposare per 30 minuti.  
**Lavorate** la ricotta con 75 g di pecorino grattugiato; aggiungete in ultimo la panna montata. Regolate il ripieno di sale e pepe.

**Stendete** la pasta fresca in sfoglie sottili. Spennellatele con un filo di acqua; distribuitevi sopra il ripieno, in piccole noci equidistanti. Ritagliate i cappelletti con un tagliapasta rotondo di 6-7 cm di diametro. Chiudete i dischi a mezzaluna sul ripieno sigillando bene il bordo.

**Sgusciate** le fave, sbollentatele e tagliate la pellicina che le ricopre. In una padella fate soffriggere il guanciale tagliato a bastoncini larghi 1 cm; quando sarà ben rosolato, sfumatelo con uno spruzzo di vino bianco. Lessate i cappelletti in acqua bollente salata per un paio di minuti, poi fateli saltare in padella con il guanciale, aggiungendovi le fave.

**Liberate** la padella e legare la salsa a fuoco spento con una piccola noce di burro freddo e poco pecorino grattugiato.  
**Distribuite** nei piatti e servite con scaglie di pecorino e una macinata di pepe.

## Filetto di manzo marinato alle 5 spezie

«Durante la mia permanenza a Villa Taverna ebbi l'occasione di avere a cena Bill Gates per ben due volte. In una di queste preparammo un filetto lasciato marinare intero per una notte in una soluzione di soia, sherry, zenzero e spezie. Venne poi cotto al forno intero come un roast-beef, da affettare durante il servizio. Ricordo il ritardo con cui arrivò Bill Gates che ci mise in crisi per la cottura del filetto... ma andò tutto perfettamente! È una ricetta che piace sempre, anche qui a Villa Wolkonskys».

**Impegno** Facile  
**Tempo** 50 minuti  
più 24 ore di marinatura

### INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

1 kg filetto di manzo  
250 g vino bianco  
250 g sherry o vermut dry  
250 g salsa di soia  
125 g salsa hoisin (reperibile nei negozi di alimenti etnici)  
100 g scalogno tritato  
100 g cipollotto fresco (solo la parte verde dei gambi)  
zenzero fresco grattugiato

zenzero in polvere  
peperoncino secco  
miscela «5 spezie» (reperibile nei negozi di alimenti etnici)  
olio extravergine di oliva

**Pulite** il filetto eliminando il poco grasso presente in superficie.

**Preparate** la marinata: raccogliete in una capiente pirofila il vino, lo sherry, le salse, lo scalogno e il cipollotto, 2 cucchiari di zenzero fresco grattugiato, 2 cucchiari di zenzero in polvere, 1 cucchiaino di peperoncino e 1 cucchiaino e mezzo di miscela 5 spezie. Immergervi il filetto e mettetelo a marinare in frigo per 24 ore, rigirandolo ogni tanto in modo che tutta la carne goda dei sapori e dei profumi della marinatura.

**Scolate** infine il filetto dalla marinata (conservatela come condimento) e mettetelo in una teglia foderata di carta da forno. Infornate a 180 °C per circa 20 minuti. (Se avete un termometro a sonda, potete misurare la temperatura: la cottura è perfetta quando il cuore del filetto è a 40-42 °C.

**Sfornate** il filetto, fatelo riposare per 5-10 minuti, poi tagliatelo a fette di 1 cm.

**Servitelo** subito condito con un filo della marinata e uno di olio extravergine e, a piacere, con qualche fiocco di sale.

## Meringa soffice al pistacchio con composta di rabarbaro

«È una delle ricette più apprezzate qui alla residenza britannica, considerando l'utilizzo del rabarbaro, molto british. Fu creata per la prima visita italiana del premier britannico David Cameron, che arrivò con un preavviso brevissimo. Cercavo un dessert leggero adatto per un lunch di lavoro. Per la salsa ci venne incontro il nostro orto, dove erano state seminate piante di rabarbaro. Fu sorpreso di trovare qualcosa di veramente inglese lontano da casa... a new home, away from home!».

**Impegno** Medio  
**Tempo** 1 ora e 10 minuti  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 6 PERSONE

250 g panna fresca montata  
240 g zucchero  
50 g pistacchi non salati sgusciati

3 albumi  
3 gambi di rabarbaro  
amido di mais  
aceto di lamponi o di mele  
arance (rosse, in stagione)  
foglioline di menta – sale

**Montate** a neve gli albumi con un pizzico di sale. Continuate a montare incorporando poi, un po' alla volta, 190 g di zucchero fino a ottenere un composto lucido e madreperlaceo. Aggiungete quindi l'amido di mais, 1 cucchiaino di aceto e infine i pistacchi, tritati grossolanamente.

**Foderate** una teglia con carta da forno e distribuitevi la meringa in 6 «montagnole» opportunamente distanziate. Infornate a 140 °C per 40 minuti circa. Sfornate le meringhe e lasciatele raffreddare: avranno

una consistenza croccante fuori e soffice, tipo marshmallow, all'interno.

**Mondate** il rabarbaro eliminando i filamenti e tagliatelo a tocchetti di 3 cm circa. Portate a ebollizione 100 g di succo di arancia con 50 g di zucchero, unite i tocchetti di rabarbaro e lasciate sul fuoco 30 secondi. Spegnete il fuoco e fate raffreddare in modo da ammorbidire un po' il rabarbaro, ma lasciandolo al dente. Cuocete un po' più a lungo alcuni pezzetti di rabarbaro e frullateli con poco succo di arancia in modo da ottenere una salsa fluida (per sicurezza, passatela in un colino a maglia fine) e fate raffreddare.  
**Mettete** le meringhe in piatti da dessert, completate con una cucchiata di panna montata, 2-3 pezzetti di rabarbaro, 2 fettine di arancia pelata a vivo, un filo di salsa e una fogliolina di menta.



MERINGA SOFFICE  
AL PISTACCHIO  
CON COMPOSTA  
DI RABARBARO

**Montate** gli albumi con un pizzico di sale fino a ottenere una spuma corposa. Incorporateli all'impasto con delicatezza e con un movimento rotatorio dal basso verso l'alto fino a ottenere una bella crema liscia.  
**Imburrate** uno stampo da soufflé di 18-20 cm di diametro e spolverizzatelo di pangrattato. Versatevi il composto e infornatelo a 180 °C per 22-25 minuti.  
**Sfornate** il soufflé e servitelo immediatamente per non perdere la spettacolarità e la bontà del piatto.

## Cappelletti con spuma di pecorino, fave e guanciale croccante

«Preparati durante l'ultima visita in Italia di Carlo e Camilla, hanno un ripieno a base di ricotta di pecora e pecorino a cui ho aggiunto anche un po' di panna

montata per dare una consistenza spumosa. Ho pensato a un piatto in cui poter legare con eleganza diversi elementi della nostra cucina tradizionale».

**Impegno** Medio  
**Tempo** 1 ora

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

200 g farina  
200 g fave sgranate  
150 g ricotta di pecora  
50 g panna fresca montata  
8 tuorli  
2 fette di guanciale di 5 mm di spessore  
vino bianco  
pecorino romano  
burro  
sale – pepe in grani

**Impastate** la farina con i tuorli fino a ottenere una palla liscia; ponetela



Con quel che c'è

# ALL'ULTIMO MOMENTO

Siete appena tornati da un weekend? Non avete fatto in tempo a fare la spesa? Niente panico: si può cucinare, e bene, con gli ingredienti che si hanno sempre in casa. Qui trovate la nostra lista, con 4 ricette semplici e sorprendenti

Ricette  
DAVIDE BROVELLI  
Testi  
LAURA FORTI  
Foto  
RICCARDO LETTIERI  
Styling  
BEATRICE PRADA



## I NOSTRI «INDISPENSABILI»

- |  |   |  |   |  |
|--|---|--|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> ACCIUGHE | <input checked="" type="checkbox"/> ERBE AROMATICHE (SALVIA, ALLORO, ROSMARINO) | <input type="checkbox"/> LIEVITO PER DOLCI       | <input type="checkbox"/> PATATE                                 | <input type="checkbox"/> SENAPE              |
| <input type="checkbox"/> ACETO               | <input checked="" type="checkbox"/> FARINA 00                                   | <input checked="" type="checkbox"/> LIMONE       | <input checked="" type="checkbox"/> PEPE                        | <input type="checkbox"/> TONNO               |
| <input type="checkbox"/> AGLIO               | <input checked="" type="checkbox"/> GRANA PADANO                                | <input checked="" type="checkbox"/> MIELE        | <input checked="" type="checkbox"/> PEPPERONCINO SECCO          | <input type="checkbox"/> IN SCATOLA          |
| <input checked="" type="checkbox"/> BISCOTTI | <input checked="" type="checkbox"/> LATTE                                       | <input checked="" type="checkbox"/> OLIO         | <input checked="" type="checkbox"/> POLPA O PASSATA DI POMODORO | <input checked="" type="checkbox"/> UOVA     |
| <input checked="" type="checkbox"/> BURRO    | <input type="checkbox"/> LEGUMI IN SCATOLA                                      | <input checked="" type="checkbox"/> EXTRAVERGINE | <input checked="" type="checkbox"/> RISO                        | <input checked="" type="checkbox"/> ZUCCHERO |
| <input checked="" type="checkbox"/> CAFFÈ    |   | <input checked="" type="checkbox"/> OLIVE        | <input checked="" type="checkbox"/> SALE                        |  |
| <input type="checkbox"/> CAPPERI             |   | <input type="checkbox"/> PANE O CRACKER          |   |  |
| <input checked="" type="checkbox"/> CIPOLLA  |   | <input type="checkbox"/> PASTA                   |   |  |

*✓ In rosso gli ingredienti utilizzati in queste ricette*

## Frittatina o pizza?

**Impegno Facile**  
**Tempo 10 minuti**  
**Senza glutine**

### INGREDIENTI PER 2 PERSONE

3 uova  
passata di pomodoro  
olive – acciughe  
olio extravergine di oliva  
latte – sale – pepe

**Sbattete** le uova con un cucchiaino di latte, sale e pepe.  
**Cuocetele** in una padellina da crêpe con un filo di olio, per 3 minuti, con un coperchio.  
**Condite** 2 cucchiaini di passata di pomodoro (se avete la polpa, schiacciatela un po' con una forchetta) con un filo di olio, sale e pepe. Distribuitela sulla frittatina. Aggiungete qualche oliva snocciolata e 3-4 filetti di acciuga. Se le avete, profumate con erbe aromatiche fresche.





Amici all'improvviso? Non avete niente per accompagnare la birretta? Con questo insolito snack risolvete l'aperitivo



PANCAKE SALATI  
CON SALSAL AL GRANA



RISOTTO  
CON LIMONI DOLCI  
E CAFFÈ



CREMA  
PASTICCERIA  
AL LIMONE

## Pancake salati con salsa al grana

**Impegno** Medio  
**Tempo** 45 minuti  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 10 PEZZI

125 g latte – 75 g farina  
40 g burro – 2 uova  
Grana Padano Dop  
olio extravergine di oliva  
sale

**Dividete** i tuorli dagli albumi; in una ciotola, mescolate i tuorli con la farina, il latte, 2 cucchiaini di grana grattugiato, sale e 20 g di burro fuso. **Montate** gli albumi a neve e aggiungeteli ai tuorli.

**Cuocete** i pancake uno per volta, adagiando il composto a cucchiariate in una padellina calda (ø 10 cm), unta con un po' di burro: 2 minuti su un lato, 1 minuto sull'altro. Otterrete circa 10 pancake.

**Stemperate** 100 g di grana grattugiato con 100 g di acqua calda, poi unite 20 g di olio.

**Servite** i pancake con un altro pizzico di sale, profumando a piacere con aghi di rosmarino e accompagnando con la salsa.

## Risotto con limoni dolci e caffè

**Impegno** Medio  
**Tempo** 30 minuti  
**Vegetariana senza glutine**

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g riso  
2 limoni – cipolla  
miele – caffè in polvere  
burro – sale

**Grattugiate** la scorza di un limone, poi spremetelo per ottenere il succo. **Tagliate** a fette sottili l'altro limone; scaldate in una padella un cucchiaino di miele con un cucchiaino di acqua; unite le fette di limone, portate a bollire e spegnete. Fate riposare fino a cottura del riso.

**Tritate** mezza cipolla e fatela appassire in una casseruola con una noce di burro.

**Aggiungete** il riso e tostatelo per 1-2 minuti, quindi bagnate con il succo di limone. Aggiungete quindi un mestolo di acqua salata bollente e portate a cottura il risotto aggiungendo altra acqua poca per volta, in 15-18 minuti.

**Mantecate** il riso con una noce di burro. Profumate con la scorza di limone grattugiata e completatelo con le fette di limone candito e polvere di caffè.

## Crema pasticciera al limone

**Impegno** Facile  
**Tempo** 15 minuti più 30 minuti  
di raffreddamento  
**Vegetariana**

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g latte  
100 g zucchero – 30 g farina  
6 tuorli – limone

**Portate** a bollire il latte con 2 scorzette di limone, per profumare.

**Sbattete** i tuorli con lo zucchero e la farina.

**Versate** il latte caldo, filtrandolo, sopra i tuorli, quindi rimettete tutto nella casseruola e fate cuocere per 2 minuti, mescolando.

**Spegnete** e lasciate raffreddare, coprendo con un foglio di pellicola alimentare o con carta da forno appoggiata a contatto.

**Servite** la crema semplice oppure completandola a piacere: con biscottini sbriciolati, amaretti, cornflakes, frutta secca, mirtillo o altra frutta fresca.



# IL CIELO SOPRA TORINO

Sarà sempre più stellato? Le premesse ci sono:  
negli ultimi mesi si sono fatti strada  
giovani cuochi promettenti e nuovi ristoranti di design

Testi SARA MAGRO, Foto JACOPO SALVI

Christian Costardi. Insieme  
al fratello Manuel firma  
il ristorante gastronomico  
di EDIT: in carta  
i loro piatti forti, come  
il risotto di Vercelli in lattina.  
Nella pagina accanto,  
il cortile di Palazzo  
Carignano visto  
con il naso all'insù.

**N**on fermatevi all'apparenza austera. Aprite porte, prendete ascensori, addentratevi. La Torino di oggi sperimenta, organizza festival di arte contemporanea, cinema, libri, musica e tanto, tantissimo cibo. Ogni due anni ospita Terra Madre Salone del Gusto (20-24 settembre, [salonedelgusto.com](http://salonedelgusto.com)), e quest'anno, l'11 e 12 giugno, vi si svolgono le finali europee del Bocuse d'Or, la più importante competizione tra i migliori giovani chef, in gara per il titolo mondiale di gennaio 2019 a Lione. Insomma, io tifo per la città sabauda. E spiego perché evitando tutte

le svolinate sul numero di start up, visionari, intellettuali, caffè storici, opere d'arte pubblica contemporanea come pochi altri posti in Italia.

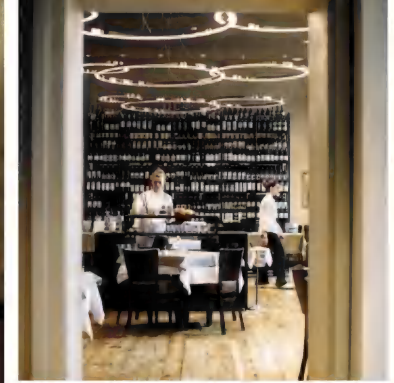
## Il futuro in una Nuvola

A giugno apre Nuvola, un progetto a cui Lavazza lavora da qualche anno per creare una nuova piazza, un museo e un ristorante, l'attesissimo Condividere, con Federico Zanasi come chef, Ferran Adrià come consulente e il premio Oscar Dante Ferretti alla scenografia, secondo la nuova tendenza di incaricare i professionisti di Hollywood per creare stage di vita quotidiana. →





Lo scalone d'onore dell'NH Collection Torino Piazza Castello, il ristorante dell'hotel e lo chef perviano Alexandre Robles.

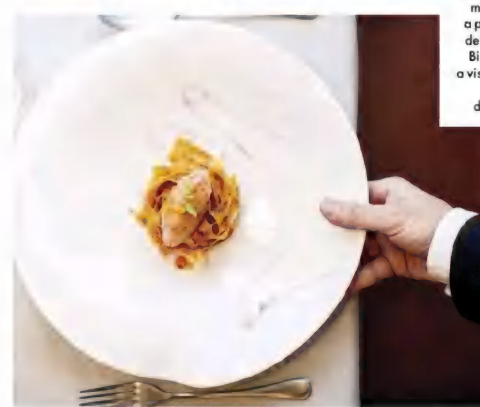


### Vitello tonnato

«Pulisco un chilo e mezzo di girolo di vitello e lo lego con lo spago. Lo rosolo in padella e poi lo cuocio in forno a 85 gradi; lo sforno quando al cuore misura 50 gradi. Per la salsa, monto cinque uova sode con 75 grammi di acciughe dissalate, 50 di capperi e 100 di olio extravergine; aggiungo poi 600 grammi di tonno sott'olio sgocciolato, un cucchiaino di aceto balsamico e una cucchiata di acqua minerale. Servo la carne a fettine con la salsa».



Da sinistra, in senso orario, il pescivendolo Beppe Gallina al mercato di Porta Palazzo e il cartoccio di fritto misto che prepara a pranzo; la brigata del Cannavacciuolo Bistrot nella cucina a vista e i loro tagliolini con quenelle di gamberi crudi.



### Primo: fare la spesa bene

Il mercato di Porta Palazzo invece è un ritrovo storico, multietnico e affollato, con qualche venditore 2.0, come Beppe Gallina, considerato il migliore pescivendolo, senz'altro il più bello, che a pranzo prepara un cartoccio di fritto misto e pochi altri piatti. «I 15 euro meglio spesi di sempre», dice Adriano Marconetto, imprenditore e gran gourmet, aggiornato sui migliori indirizzi. Di lavoro si parla più volentieri a tavola. Perciò i free lance, che usano spesso i ristoranti come ufficio, sono ormai sapienti gastronomi, come una volta i camionisti. «Sull'altro lato della piazza c'è Hafa Storie, nato dalla collaborazione tra Christian Milone, stella Michelin alla Trattoria Zappatori di Pinerolo, e Hafa Café: tajine e trifula e altri abbinamenti tra piatti marocchini e classici torinesi».

### Secondo tradizione

A proposito di classici, i ricorrenti sono: vitello tonnato, agnolotti del plin (ravioli di carne), tajarin (tagliolini di pasta fresca), brasato e bonet (budino di cioccolato agli amaretti). Evitarli in una spedizione

torinese sarà impossibile, dalla trattoria all'alta cucina. Nel ristorante Del Cambio, il più antico della città, Matteo Baronetto, stella Michelin e vent'anni con Cracco, li propone doppi, in versione originale, stile Artusi, e moderna, «un po' per ridimensionare il mito del passato, un po' per dimostrare che oggi preferiamo pietanze più leggere». Il ristorante stesso è così, da un lato i velluti, gli stucchi e le dorature e il tavolo del Conte di Cavour sempre allo stesso posto; dall'altro i tavoli disegnati da Martino Gamper e gli specchi di Michelangelo Pistoletto. È sempre pieno, pranzo e cena, e così il bar sopra per l'aperitivo con jazz live e dj la domenica, e l'ex farmacia di fianco, dove si ordina tutto il giorno da un menu di pochi piatti e dolci da acquolina istantanea. «Sull'onda della bistronomia», dice Baronetto, «hanno aperto posti che non puntano solo sulla cucina, ma sull'accoglienza: servizio, posizione, atmosfera. Oggi conta l'esperienza, non solo quello che c'è nel piatto».

### La nuova bistronomia

Un esempio è il bistrot di Cannavacciuolo, dove i passanti chiedono il

permesso di fotografare l'insegna. Tranquilli: chiunque può fotografare una porta. Non è un altare, è solo il ristorante di un cuoco famoso in tv. C'è da chiedersi piuttosto perché non entrino e non si tolgano lo sfizio di una buona cena. È vero, non è economico, ma una volta all'anno si può fare, almeno per assaggiare quel «tonno vitellato» che ribalta la tradizione, con riduzione di fondo di vitello, maionese di bottarga e polvere di capperi, e un calice dei loro Champagne naturali e spumanti italiani.

### Formazione e ispirazione

Più fedele alla categoria bistrot, anche nei prezzi, è La Limonaia di Cesare Grandi. Per diventare cuoco, ha finito la facoltà di Agraria, si è specializzato in scienze gastronomiche all'università di Slow Food, nella vicina Pollenzo, e studiato la cucina di Davide Scabin e Fulvio Pierangelini. «La mia musa però è la materia prima. Se il Gianni di Porta Palazzo dice che oggi ha uova d'oca e cime di rapa, le compro, poi penso a come cucinarle. L'altra fonte di ispirazione è la tradizione, che





Da sinistra, in senso orario, la bagna cauda di Casa Vidina, ristorante gourmet nel primo negozio di Eataly; tajine da Hafa Storie, dove si mangia cucina marocchina e torinese con supervisione del neostellato Christian Milone; una delle tapas del Bar Cavour Del Cambio e Matteo Baronetto, cuoco dello storico ristorante.



è sempre meglio eseguire tal quale. Un esempio sintetico del mio percorso è il "Cardo e animelle di agnello". Ma i suoi grissini salati sono una poesia.

### Cibo di strada ma evoluto

Da Cesare mi accompagna Daniela Petrone, anche lei cuoca, pasionaria del mestiere. Gestisce il ristorante Laleo di Eleonora Guerini, ex curatrice della guida ai vini del Gambero Rosso e ora braccio destro di Francesca Moretti nella tenuta Petra a Suvereto. Ai fornelli solo donne, tra cui una ragazza nigeriana a cui insegnano il mestiere per un futuro più tranquillo; e nel menu poche cose, fatte al momento: zuppe, pochass, dorate, insalate e torte. «La "pocha"», spiega Daniela, «è una tasca di pane fatto da noi con farine macinate a pietra, e ripieno a scelta. La dorata è una palla di risotto variamente condito e fritto, da passeggio». Chi vuole però si può fermare a mangiare lì: pochi tavoli, tanti libri e riviste da sfogliare.

### Buona hôtellerie=buona cucina

La location per un ristorante conta, eccome. E i due alberghi più belli della città, Turin Palace e NH Collection Torino

Piazza Carlina, hanno dedicato uno spazio di riguardo ai rispettivi cuochi. Stefano Sforza, stage da Ducasse e interesse per fermentazioni e fiori edibili, prima di tutto sa fare il vitello tonnato e gli agnolotti come si deve. Poi si sbizzarrisce con piatti originali come il bianco e il nero di seppia, la pasta cotta in camomilla, e tè kombucha, abbinati per favorire il sonno. All'NH Carlina, il cuoco residente Alexandre Robles, peruviano, prepara anche ceviche e causa di patate, delle sue terre. I torinesi ci vanno, sperimentano volentieri le loro cucine fusion, con la garanzia però di trovare sempre i piatti del cuore.

### Vegetariano in grattacielo

Posizione strepitosa è quella di Piano35, in una serra bioclimatica a 150 metri, nel Grattacielo Intesa Sanpaolo di Renzo Piano. Il ristorante è stato concepito con l'università di Pollenzo, dove si è laureato Fabio Macri, uno dei pochi cuochi in Italia a proporre un menu degustazione vegetariano, compresi i pin di ricotta con burrata di bufala locale. «Era un esperimento ma, visto il successo anche tra gli onnivori, lo manteniamo, pur continuando a fare la gricia», commenta Macri. Un po' più in su, c'è il bar gestito dal

campione mixologist Mirko Turconi, che serve i drink con libri di pirati da guardare. Ma l'avventura è trovarsi a quell'altitudine, sospesi tra una giungla di impalcature e finestre che guardano fino alle Alpi.

### Mangiare è un'arte

Alla Fondazione d'arte di Patrizia Sandretto Re Rebaudengo, il figlio Emilio ha creato Spazio7, un ristorante di cui si parla molto a Torino, grazie alla crescita esponenziale di Alessandro Mecca, trentenne talentuoso, figlio di ristoratori, che parte da una semplice scaloppina, la condisce con «burro» estratto dal sugo d'arrostato e la sala con il caviale. «Togliamo il superfluo e lavoriamo su tecnica e forma, come le opere che ci circondano». Così nascono piatti come il porro ricostruito, che sembra appena colto ma è frutto di un lungo processo di trattamenti, e il voluttuoso Rossetto e cioccolato, un gelo di frutti rossi su cioccolato e lampone liofilizzato.

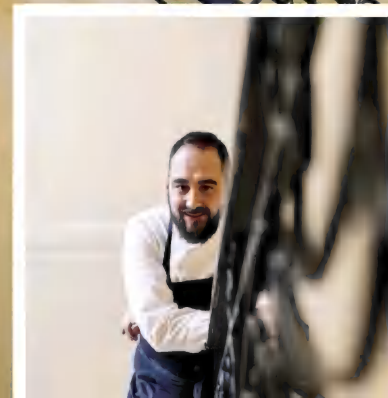
### Fornelli in affitto

Il progetto di Marco Brignone, imprenditore settantenne, è ambizioso: applicare al food&beverage concetti come il coworking e la sharing economy. Ha acquistato lo stabilimento di Incet alla



### «Anullot del plin»

«Faccio la pasta con farina e tuorli. Per il ripieno, arrosto in forno, per 30 minuti a 200 gradi e poi per 50 a 170 gradi, capocollo e pancetta fresca di maiale, vitello (due etti per tipo di carne) e due cosce di coniglio. Alla fine filtro e riduco il sugo dell'arrosto e finisco di cuocere le carni per 15 minuti con sedano, carota e verza stufati e un etto di salsiccia. Trito tutto e farcisco i ravioli. Li cuocio e li condisco con il sugo ristretto e granella di nocciole».



Lo scalone d'onore del Turin Palace; la sala da pranzo del Les Petites Madeines all'interno dell'hotel; Stefano Sforza, chef del ristorante e, sopra, i suoi agnolotti del pin al sugo di arrosto e granella di nocciole.





Da sinistra, in senso orario, Daniela Petrone e Tina Zuccadelli di Laleo e la loro zuppa di pomodoro; Cesare Grandi della Limonaia e il suo panino al vapore con pancetta di Mora romagnola; il ristorante Condividere all'interno del nuovo palazzo Nuvoletta Lavazza. In basso, il ristorante Spazio7 della Fondazione Sandretto Re Rebaudengo e lo chef Alessandro Mecca con una cernia di 10 kg.



periferia di Torino, e con l'aiuto di un acceleratore è nata la start up EDIT (Eat Drink Innovate Together), con vari ristori nello stesso spazio: bakery-café stile Starbucks; birrificio sperimentale per chi vuol cimentarsi nell'arte della pastorizzazione, con menu firmato dal pizzaiolo-celebrity Renato Bosco e da Pietro Leemann, unico stellato italiano di cucina vegetariana. Il ristorante è affidato ai fratelli Costardi, una stella Michelin al Ristorante Cinzia di Vercelli, che propongono i loro piatti forti, come il risotto in lattina che beffeggia le dozzinali zuppe Campbell's. Si mangia intorno alla cucina a vista, al tavolo social o nel privé tra una pioggia di cristalli luccicanti. Di accompagnamento si ordinano i cocktail gastronomici di Barz8, studiati da Salvatore Romano e Luigi Iula. Infine c'è uno spazio con quattro cucine «condivise» da affittare per sperimentazioni d'ogni sorta, e presto saranno inaugurati i loft di design per affitti brevi.

### Come a casa (quasi)

La prima start up torinese è stata Eataly, dieci anni fa. Moltiplicati i negozi in Italia e nel mondo, resta un modello attuale, con il supermercato di qualità, cibo di strada e ristorante stellato, che a Torino

è Casa Vicina, affidato a una famiglia di ristoratori da cinque generazioni. «Siamo cresciuti in una cucina casalinga. Noi l'abbiamo resa solo un po' più tecnica», dice Claudio Vicina, ora ai fornelli. Per esempio, la bagna cauda è servita in un bicchiere da vermut da cui traspiono in strati colorati gli ingredienti: barbabietola, cavolfiore, carota, zucchina e peperone tostato e sopra un ragù freddo di acciughe del Cantabrico emulsionate con pure di aglio, passata di pomodoro e olio, tutto cotto a bassa temperatura.

### L'outsider

Nella schiera dei trentenni che stanno rivitalizzando la scena gastronomica torinese c'è anche Christian Mandura. Il ristorante è il Geranio, della mamma, che a pranzo cucina per i commessi viaggiatori alla periferia di Chieri. La sera entra in scena Christian che, dopo le esperienze a Copenaghen, è tornato con idee di foraging e cucina vegana. «È un predestinato», sostiene l'amico Adriano Marconetto che mi ha portato da lui. Presto aprirà anche in centro, dove già organizza cene-evento a Palazzo Saluzzo Paesana. Scommettiamo che di lui come degli altri sentiremo parlare molto?

FOTO ANDREA GUERMANI

## Cosa si mangia a Torino



### INDIRIZZI WEB

Condividere by Lavazza, [lavazza.it](http://lavazza.it)

Hafa Storie, [hafastorie.it](http://hafastorie.it)

Ristorante Del Cambio, [delcambio.it](http://delcambio.it)

Cannavacciuolo Bistrot, [cannavacciuolobistrot.it](http://cannavacciuolobistrot.it)

La Limonaia, [lalimonaia.org](http://lalimonaia.org)

Laleo, [laleo.co](http://laleo.co)

Les Petites Madeleines al Turin Palace, [turinpalacehotel.com](http://turinpalacehotel.com)

Ristorante dell'NH Carlina, [nh-hotels.com](http://nh-hotels.com)

Piano35, [grattaciointesasanpaolo.com](http://grattaciointesasanpaolo.com)

Spazio7, [restaurantespazio7.it](http://restaurantespazio7.it)

EDIT, [edit-to.com](http://edit-to.com)

Casa Vicina, [casavicina.com](http://casavicina.com)

Geranio, [geranioristorante.it](http://geranioristorante.it)

La serra climatica in cima al Grattacielo Intesa Sanpaolo che ospita il bar e il ristorante Piano35. Nella foto piccola, lo chef Fabio Macrì rifinisce Spigola, cavolfiore, uvetta e patate e, sopra, sempre suo, Maialino, senape e amaretti.





# MAMMA, RACCONTAMI DI QUELLA SERA A CENA

Rosa Pempinello ha intervistato sua madre, Donna Imma, che si è messa ai fornelli per premi Strega ed étoile della Scala, grandi amici del suo salotto letterario

Foto MATTEO CARASSALE

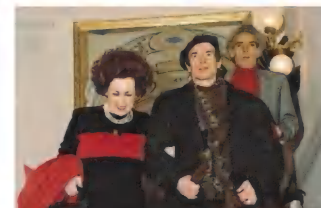
**D**omenico Rea, lo scrittore di *Ninfa Plebea*, sedeva a capotavola e aveva il grembiule con le iniziali: gli spaghetti, si sa, possono fare brutti scherzi. L'attore e regista Giorgio Albertazzi voleva sempre l'insalata prima della lasagna. Il drammaturgo Carmelo Bene pasteggiava con la birra. La ballerina Carla Fracci apprezzava una torta di ricotta e limone. Per ciascuno di loro ho

cucinato sempre qualcosa di diverso, di speciale». Anche se – confesso – non so cucinare, mi piace sentire i racconti di mia madre, da quarant'anni animatrice di un fervido salotto culturale napoletano nonché cuoca appassionata e devota alle tradizioni (nella mia città sono sacre). Donna Imma è un vulcano di idee, è bella e ha un entusiasmo contagioso, tanto che aveva chiesto al grande ballerino Rudolf Nureyev di ballare con lei sul palco del Teatro Bellini! «Quello che non

deve mai mancare è quel senso di intimità, di calore e di confidenza che si instaura quando si condivide la tavola», racconta, per una volta intervistata proprio da me. «Conservo gelosamente le ricette in un quaderno degli appunti, che spero di poter regalare alle nipoti, visto che le figlie non hanno ereditato la passione per i fornelli. E poi, oggi cucino meno di una volta, però una lasagna e "due seppie ripiene" si fa sempre in tempo a farle». Leggete come nelle ricette delle prossime pagine.



A destra in alto, Imma Pempinello con Rudolf Nureyev al Teatro Bellini di Napoli e, sotto, con Eduardo De Filippo in occasione di un recital che l'attore fece con Carmelo Bene. Nelle altre foto e nella pagina accanto, Donna Imma, le lasagne e il suo quaderno delle ricette.



## Lasagna primavera

«Il 26 dicembre invitavo sempre gli amici per la "Tombola Parlata". Una volta Domenico Rea, per noi Mimi, disse che avrebbe voluto assaggiare la lasagna di verdure, la specialità di mia madre Michela. Da allora il menu della tombola subì una variazione. In una di quelle sere, complice Mimi fresco di Premio Strega (assegnato ogni anno, dal 1947, al miglior romanzo italiano), iniziammo a progettare una serata in cui Carmelo Bene e Giorgio Albertazzi avrebbero condiviso il palcoscenico. La scomparsa prematura di Rea sconvolse i piani. Mia figlia Annie ha dedicato a questo evento una poesia».

Lavate e mondate melanzane, zucchine e peperoni. Tagliate le verdure a rondelle non troppo sottili e frigatele in olio di oliva. Preparate una salsa di pomodoro con aglio (da far saltare e poi togliere) e abbondante basilico. Lessate al dente le lasagne e adagiatele su un ripiano. Tagliate a pezzetti la mozzarella. In una teglia versate un mestolo di salsa e adagiate un primo strato di lasagne. Aggiungete le verdure fritte, i pezzetti di mozzarella, formaggio grattugiato e un mestolo di salsa. Quindi fate un secondo strato di lasagne procedendo come prima. Terminate con uno strato di lasagne irrorate di sugo e coperte di formaggio. Infornate a 180 °C per circa 15 minuti. Fate riposare per 7-8 minuti prima di servire.

**Che cosa serve**  
1 kg di pomodori passati, 600 g di lasagne, 400 g di mozzarella, 4 melanzane, 4 zucchine, 4 peperoni, formaggio grattugiato, aglio, basilico, olio extravergine di oliva, sale.



## Seppie ripiene

«In estate le cene si trasferivano nella casa di Capri.

Tiravamo l'alba sotto gli alberi di limone e nel profumo dei gelsomini. Il piatto forte erano le seppie ripiene. Un sera Giorgio Albertazzi arrivò in anticipo.

Le luci in giardino erano spente. Lui sgattaiolò in cucina e le seppie gli parvero "uova alla monachina" (ricetta tipica caprese). Ne addentò una e ne rimase stregato, tanto da parlarne in un'intervista: "Adoro quel piatto che mangio da Imma". E tutti per un po' andarono alla ricerca del misterioso ristorante. Un giornalista, sapendo della nostra amicizia, mi chiese di indicarglielo: lo invitai a cena e l'equivoco si chiarì.

Ma il ricordo più dolce è legato al tenore Giuseppe Di Stefano: gli preparavo le seppie tutte le volte che era a Napoli. E lui dopo cena mi dedicava un'aria dalla Tosca, accompagnato al piano da mio marito».

Aprite le seppie e pulitele senza romperle. Preparate un ripieno con mollica di pane precedentemente bagnata in un po' di acqua, pinoli, uvetta, olive nere snocciolate, un pizzico di sale. Aglio e prezzemolo, se graditi. In una padella cuocete i tentacoli con poco olio; quando sono cotti, tagliuzzateli e aggiungeteli al ripieno. Farcite i sacchi delle seppie e metteteli in una teglia o in padella. Irrorate con olio d'oliva e un bicchierino di vino bianco, procedete alla cottura in forno o in padella. Per la cottura in forno occorrono circa 30 minuti a 180 °C. Anche in padella servono circa 30 minuti, girandole ogni tanto senza romperle. Se le seppie sono grandi e molto fresche, cuocetele un po' di più, se invece sono piccole, meglio legarle con un filo oppure con uno stecchino.

### Che cosa serve

Seppie, mollica di pane, olive nere, uvetta, pinoli, aglio, prezzemolo, vino bianco, olio extravergine di oliva, sale.



Insieme da 47 anni, Donna Imma e il professor Raffaele Pempinello, primario infettivologo, brindano a La Cucina Italiana. Nelle altre foto, la farcitura delle seppie e il piatto finito.

# Taste

OF MILANO

## L'evento dove gustare Milano

THE MALL - PORTA NUOVA

10 > 13 MAGGIO 2018

acquista il tuo  
biglietto su  
[tasteofmilano.it](http://tasteofmilano.it)



Taste of Milano è l'evento dove gustare l'alta cucina tra ispirazione e sperimentazione: 12 ristoranti che raccontano storie di sapori, colori ed emozioni attraverso 4 portate in formato degustazione dai 6 € ai 10 €.

Saranno presenti: **Andrea Berton** (Ristorante Berton), **Stefano Cerveni** e **Mattia Ferrario** (Terrazza Triennale), **Roberto Conti** (Ristorante Trussardi alla Scala), **Francesco Germani** (Balthazar), **Keisuke Koda** e **Guglielmo Paolucci** (Gong), **Nobuya Niimori** (Sushi B), **Denis Pedron** e

**Domenico Soranno** (Langosteria), **Giuseppe Postorino** (Da Noi In), **Andrea Provenzano** (Il Liberty), **Claudio Sadler** (Ristorante Sadler), **Luca Seveso** e **Giuseppe Rossetti** (Maio Restaurant). Il 12° ristorante, i "Maestri in Cucina Ferrarelle" con un menù a 4 mani creato da uno chef e un maestro pizzaiolo. A Taste of Milano ci saranno anche tante attività da vivere e condividere con chi vuoi tra degustazioni, masterclass ed esperienze uniche.

Scopri tutte le esperienze su [www.tasteofmilano.it](http://www.tasteofmilano.it)

in partnership con



media partner



un progetto di



Barche di pescatori allineate sul molo del porto di Beasstrand Pier, sulla costa irlandese orientale. Qui ha sede la Duvastratin Fishermen & Community, dedicata alla pesca di aragoste e altri crostacei e promotrice di un centro di salvataggio in mare.

# DOVE L'ERBA SA DI MARE

Dai pascoli di altura e dalle gelide acque dell'oceano arrivano prodotti di eccellenza assoluta. Che la nuova cucina irlandese, trainata dalla rivoluzione dei «gastropub», valorizza con originalità e freschezza. Facendo sembrare preistoria una tradizione di patate e massicci stufati

Testi FILIPPO CERRINA FERONI, Foto MATTEO CARASSALE



**S**i diceva che gli irlandesi, così come gli inglesi, a tavola non andavano oltre patate, roast-beef e stew, l'ottimo stufato di manzo. Oggi (per fortuna) le cose non stanno più così nell'isola che ha adottato il leggiadro *shamrock*, il trifoglio, come suo simbolo. Finalmente consci delle proprie ricchezze naturali – la pioggia per un giorno su tre all'anno, l'erba dei pascoli in altura, l'abbondanza e la qualità della fauna ittica, il clima mite per la Corrente del Golfo – hanno cominciato a trasformare in cucina i prodotti freschi della loro terra e del loro mare, sconvolgendo abitudini alimentari di secoli.

Quasi due terzi della superficie dell'Irlanda oggi sono destinati all'agricoltura, l'80 per cento dei quali coltivati a erbaggi e il 55 per cento della produzione si fonda su allevamenti bovini e ovini.

### L'oro bianco della contea di Waterford

In una delle regioni più colpite dalla terribile carestia del 1848, la rivincita ha il sapore del latte, dei formaggi a latte crudo, della carne, ma soprattutto il profumo dell'erba bagnata. Il segreto della loro bontà infatti sta tutto nei magnifici pascoli.

Per capire che cosa mangiano gli irlandesi partiamo da Waterford. Nella più antica città dell'isola, fondata dai Vichinghi sulla costa sudorientale, Slow Food organizza tutti gli anni ai primi di settembre il Waterford Harvest Festival, un grande mercato di prodotti tipici della contea, condito con dimostrazioni culinarie, visite guidate ai produttori, spettacoli di strada e degustazioni. Ogni sabato però ce n'è un assaggio al mercato degli agricoltori in Jenkins Lane. Qui si può trovare il *blaa*, uno speciale panino molto soffice, prodotto in uno dei



«Acciottolio di gusci sui nostri piatti. La mia lingua era un estuario in piena, il palato era acceso di stelle» — dalla poesia *Ostriche* di Séamus Heaney —



Il Samuel Beckett Bridge di Dublino presideggia dall'architetto spagnolo Santiago Calatrava. In alto, la Barron's Bakery & Coffee House a Cappoquin, forme di formaggio della Knockanore Irish Farmhouse Cheese di Ballymorety, le mele della Apple Farm di Mouristown, in Waterford e Cork.

quattro forni storici della città. La ricetta è segreta e la Commissione Europea ha attribuito al *blaa* il marchio di Indicazione Geografica Protetta (Igp).

Usciamo dalla città in direzione del mare e della Copper Coast, 25 chilometri di scegliere, insenature, spiagge e faraglioni, eletti nel 2004 dall'Unesco a Geoparco Globale. Arrivati sulla costa, superiamo le belle spiagge di Tramore e proseguendo verso sudovest raggiungiamo il porticciolo di Bostrand Pier. Sul molo ha sede la Dunabratton Fishermen & Community, una comunità locale di pescatori molto attiva, che tiene anche corsi di cucina.

Proseguiamo per Dungarvan, dove troviamo la Dungarvan Shellfish, una delle più rinomate *oyster farm* irlandesi. Un assaggio di ostriche in uno dei pub del paese è doveroso. Lungo tutte le coste dell'isola proliferano anche gli allevamenti di salmone bio e di mitili, e si raccolgono il *carrageen* e il *dillisk* di Sligo, due alghe molto richieste dai ristoranti.

Dalle spettacolari coste ci inoltriamo nell'interno e risaliamo le montagne di Knockanore, paradiso di mandrie e greggi al pascolo brado. Qui, alla fine degli anni '70, un'associazione di casari ha reintrodotta la lavorazione dei formaggi su piccola scala. Poi, con il sostegno di Slow Food Ireland, ha preso coraggio, aumentando negli anni la produzione a latte crudo, come si usava in passato. Nella Valle di Knockanore, in gaelico Cnoc an Óir, la Collina →

### Cozze piccanti

Preparate in zuppeta con un saporito brodo di sidro e peperoncino rosso, si possono trovare da L. Mulligan Grocer a Dublino, uno dei «gastropub» più amati della città, insieme con una grande selezione di birre, sidro, gin e whiskey che cambiano a ogni stagione, come i piatti consigliati in abbinamento, tutti basati su prodotti locali. I molluschi arrivano dagli allevamenti della costa orientale come pure dal Connemara e dal Burren.







### Salmone, calamari, guanciale e piselli

Trancio di salmone bio affumicato dell'isola di Clare (simile a quello selvaggio, ha una polpa compatta e povera di grassi) con guanciale, calamaro brasato, mousse di piselli e piselli freschi. Lo firma Ross Lewis, lo chef stellato del Chapter One di Dublino, che nella sua cucina indaga con sensibilità il legame tra la terra e il cibo.



dell'Oro, Eamonn e Patricia Lonergan fanno un formaggio con il latte ricco e cremoso di un centinaio di vacche Frisone, utilizzando la tradizionale tecnica del *cheddaring*, cioè il taglio della cagliata in piccoli pezzi per drenare il siero prima di impilare le forme. Forti di un latte eccellente e di un gran lavoro di ricerca, i cheddar di Knockanore Irish Farmhouse Cheese sono oggi esportati in tutto il mondo.

Un po' più a nord facciamo tappa a Cappoquin per comprare il pane nella Barron's Bakery & Coffee House. Esther Barron e suo marito Joe mandano avanti con passione quello che, con ogni probabilità, è il più antico panificio d'Irlanda, fondato dal nonno John nel 1887. Esther panifica con maestria in due forni di mattoni installati da suo padre negli anni '40, che danno alle pagnotte un sapore e un profumo unici e una crosta particolarmente croccante. «Forni come questi richiedono tempi di cottura piuttosto lunghi, ma il mio *slow bread* è magnifico». Salutiamo Esther e saliamo sulle montagne di Knockmealdown, linea di confine naturale tra la contea di Waterford e quella di Tipperary. Qui ci aspettano Joe ed Eileen Condon, che allevano allo stato brado bovini da carne Galloway, un'antichissima



## Il segreto della bontà della carne irlandese? Un'erba meravigliosa e animali che pascolano bradi per nove mesi all'anno

razza scozzese a pelo lungo da altura. La carne, certificata bio, si fregia anche della denominazione Omega Beef, che ne attesta l'alto valore nutritivo.

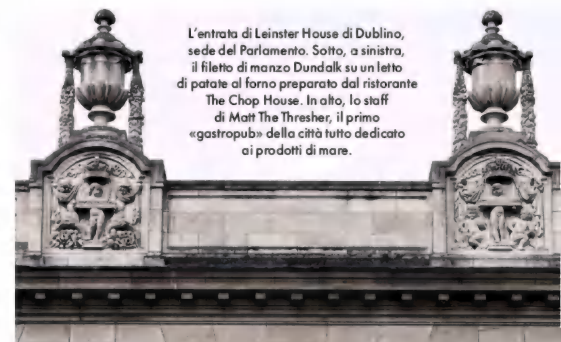
### Rivoluzione in cucina

La nuova cucina irlandese è nata intorno agli anni '80 del secolo scorso, nel momento in cui la varietà e la qualità dei prodotti alimentari del paese raggiungevano i massimi livelli. Si cominciò allora a riscoprire i sapori locali originari, a valorizzarli e ad accostarli per ottenere risultati inediti. Oggi, una generazione di giovani cuochi continua ad applicare con successo questa idea culinaria nei locali gourmet contemporanei.

A Dublino la torta se la sono spartita i ristoranti stellati e i nuovi «gastropub», dove con la birra si mangiano piatti di alta cucina. Scegliendo questa formula Michael Fogarty, Colin Hession e Seaneen Sullivan nel 2010 hanno comprato il L. Mulligan Grocer, un antico pub dello storico quartiere di Stoneybatter, a nord del fiume Liffey, con l'intenzione dichiarata di puntare molto sul cibo. Il menu, infilato tra le pagine di vecchi libri a cui dare un'occhiata in attesa dell'ordinazione, è stagionale e cambia ogni settimana. Nella sua nuova versione da gastropub propone piatti della cucina tradizionale irlandese rivisitata, accompagnati da ottime birre artigianali che non comprendono la famigerata Guinness. Per il dessert l'abbinamento proposto è con una vasta selezione di whiskey irlandesi. Le specialità del locale sono il Black Pudding, sanguinaccio, e lo Scotch Egg, un uovo bollito riempito di carne di maiale tritata e arricchita con cumino, sale e pepe di Cayenna, impanata con pangrattato, salvia e parmigiano (una vera bomba!). Il locale mantiene l'atmosfera e l'arredamento di un pub irlandese, con qualche simpatica eccezione. Tipo le lettere dello Scarabeo utilizzate come segnaposti sui tavoli di legno massello.

Mi sposto in Lower Pembroke street, nel cuore della Dublino georgiana, per sperimentare un gastropub quasi tutto

L'entrata di Leinster House di Dublino, sede del Parlamento. Sotto, a sinistra, il filetto di manzo Dundalk su un letto di patate al forno preparato dal ristorante The Chop House. In alto, lo staff di Matt The Thresher, il primo «gastropub» della città tutto dedicato ai prodotti di mare.





Ogni sabato mattina, a Dublino, si apre il Temple Bar Food Market, dove aziende agroalimentari locali e coltivatori diretti vendono i loro prodotti biologici



dedicato ai prodotti di mare: Matt The Thresher, il locale di proprietà di Jimmy e Charlotte Lyons, con Stephen Caviston come chef, serve il miglior fish & chips della città, e anche le fantastiche ostriche di Carlingford Lough, nel Nordest dell'isola. Nel 2011, durante la visita in Irlanda del presidente Obama, Michelle volle visitare questo gastropub proprio per i nobili molluschi. Abbiamo anche noi avuto l'onore dell'assaggio: la tappa è imperdibile, garantito.

Volendo provare poi un vero ristorante, quasi all'unanimità mi consigliano Mickael Viljanen, lo chef stellato del ristorante The Greenhouse. Nato a Stoccolma e cresciuto in Finlandia, si è affermato molto giovane in Irlanda, con il suo riuscito mix di sapori irlandesi e nordici. Dal 2012 è a Dublino nel ristorante di Eamonn O'Reilly, dove esprime tutta la sua creatività partendo da una buona base di prodotti tradizionali. Il ristorante si trova in Dawson Street, a due passi dalla National Gallery of Ireland. Mickael ama i contrasti estremi: forte acidità alternata a improvvise dolcezze. Come nel Foie gras reale, con mela, noce caramellata e anguilla affumicata o nelle Madeleine al latte, sedano, cetriolo, aneto, finocchio e polline di mimosa.

In Shelbourne Road al numero 2, in un ex pub che per anni ha spillato fiumi di birra dopo le partite di rugby del vicino Aviva Stadium, dal dicembre 2009 c'è The Chop House. È il tempio della carne irlandese, dove Kevin Arundel, il titolare, e Kevin Gallagher offrono i tagli più pregiati di manzo Hereford o di Angus in piatti molto ben costruiti.

Mi rendo conto che è sabato e che alle dieci di mattina, in Meeting House Square, nel famoso quartiere «gastromusicale» di Temple Bar, si apre il Temple Bar Food Market, un mercatino biologico di prodotti provenienti dalle fattorie intorno a Dublino. Ci vado e mi sembra di riconoscere tra i venditori allevatori, coltivatori e pescatori che avevo incontrato nella contea di Waterford. A questo punto il cerchio è chiuso e, soddisfatto, mi concedo una mezza dozzina di ostriche, bagnate da una pinta di Guinness.



Mickael Viljanen, il giovane cuoco finlandese del Greenhouse, tra i migliori ristoranti di Dublino. A sinistra, uno dei suoi piatti simbolo, la Madeleine al latte, sedano, cetriolo, aneto, finocchio e polline di mimosa.

**INDIRIZZI** **Barron's Bakery & Coffee House**, Cappoquin, [barronsbakery.ie](http://barronsbakery.ie) - **Knockanore Irish Farmhouse Cheese**, Ballyneety, Knockanore, [knockanorecheese.com](http://knockanorecheese.com) - **The Apple Farm**, Moorstown, Cahir, [theapplefarm.com](http://theapplefarm.com) - **Omega Beef**, Clashavaugha, Ballymacarby, Clonmel, [omegabeeffdirect.ie](http://omegabeeffdirect.ie) - **L. Mulligan Grocer**, Dublino, [lmulliangrocer.com](http://lmulliangrocer.com) - **Matt The Thresher**, Dublino, [matthethresher.ie](http://matthethresher.ie) - **The Greenhouse**, Dublino, [thegreenhouserestaurant.ie](http://thegreenhouserestaurant.ie) - **The Chop House**, Dublino, [thechophouse.ie](http://thechophouse.ie) - **Chapter One**, Dublino, [chapteronerestaurant.com](http://chapteronerestaurant.com)

**INFORMAZIONI PRATICHE** **Come arrivare:** si vola da Milano e da Roma a Dublino andata e ritorno con Aer Lingus ([aerlingus.com](http://aerlingus.com)), da Bergamo e da Roma con Ryanair ([ryanair.com/it](http://ryanair.com/it)). **Dove dormire:** a Dublino, Riu Plaza The Gresham Dublin, doppia con colazione 185 euro ([riu.com](http://riu.com)); oppure Academy Plaza Hotel, doppia da 118 euro ([academyplazahotel.ie](http://academyplazahotel.ie)). A Waterford, Waterford Castle, doppia con colazione 218 euro ([waterfordcastle.com](http://waterfordcastle.com)). A Dunmore East, poco fuori Waterford, The Strand Inn, doppia con colazione 130 euro ([thestrandin.com](http://thestrandin.com)).

**Radio Italia Spring 2018**

**TIZIANO FERRO "SOLO" E' SOLO UNA PAROLA**  
**BENJI&FEDE BUONA FORTUNA**  
**BETTA LEMME BAMBOLA**  
**BIAGIO ANTONACCI FORTUNA CHE CI SEI**  
**LORENZO FRAGOLA BENGALA**  
**ANNALISA IL MONDO PRIMA DI TE**  
**JAX & FEDEZ FAVORISCA I SENTIMENTI**  
**CESARE CREMONINI NESSUNO VUOLE ESSERE ROBIN**  
**ERMAL META & FABRIZIO MORO NON MI AVETE FATTO NIENTE**  
**TAKAGI & KETRA FEAT. TOMMASO PARADISO e ELISA DA SOLA / IN THE NIGHT**  
**LO STATO SOCIALE UNA VITA IN VACANZA**  
**NEGRAMARO LA PRIMA VOLTA**  
**EMMA L'ISOLA**

...e molti altri!

radioitalia.it

LA COMPILATION CON LA PRIMAVERA DENTRO  
 TUTTI I BRANI DEL MOMENTO IN UN'UNICA COMPILATION

radioitalia.it



# Frutto d'Italia

## Porta in Tavola la Liguria



La "Cultivar Ligure" Taggiasca si abbina bene con gli antipasti, i primi e i secondi piatti di carne o di pesce.

Questa linea nasce per promuovere le nostre Olive da Tavola a tipicità Regionale. Ogni frutto si distingue per il gusto unico, l'inconfondibile sapore, la consistenza e la croccantezza.

Sono olive ricche di aromi e profumi che ci rimandano ai luoghi autentici in cui nascono.

**20** Gustose varietà, pronte per far festa in cucina, prova le tutte!



WWW.MADAMAOLIVA.IT

# LA CUCINA ITALIANA

## LA SCUOLA



**TAGLIO ALL'ORIENTALE**  
Non sono pinzette e non sono graffette. Le Spring sono forbicine (anche per manici) di acciaio elastico disegnate da Lex Pott per Normann Copenhagen in occasione dell'Handmade Exhibition di Wallpaper nel 2015. E si ispirano ai semplici accessori tradizionali usati dagli artigiani asiatici. normann.dk



**MA CHE BELLO SCARABOCCHIO!**  
Un sottopentola deve essere almeno estensibile e stabile. Zig-Zag di Rig-Tig by Stelton rispetta queste caratteristiche e ne aggiunge: è colorato, divertente, antiscivolo, facile da usare. Basta tirarlo o accartocciarlo per sostenere ogni tipo di contenitore: pentole, teglie, ciotole. 12,99 euro. rig-tig.com



**FINIRE IN UNA SPIRALE**  
Avete provato ad aprire una noce brasiliana con uno schiaccianoci a pinza? E una nocciola? La prima slitta, la seconda è troppo piccola per la presa. Per non parlare dei gherigli che si sparpagliano ovunque. Sidiyuan Easy Open risolve: un colpo secco sotto la spirale di acciaio, ed è fattal 17,87 euro. amazon.it

TESTI SARA MAGRO



## L'OGGETTO MISTERIOSO

### LA GENTILEZZA DEL FRUSTINO

Casomai vi venisse voglia di usarlo come arma di autodifesa, consigliamo utensili più efficaci allo scopo, perché il frustino di Normann Copenhagen serve solo ad amalgamare prelibati mix per torte, guarnizioni e salse. Il trio tedesco Ding3000 ha infatti disegnato Beater per essere maneggevole, leggero, facile da lavare (anche in lavastoviglie) e da riporre: basta slittare l'anello verso l'estremità per riunire le cannuce di nylon colorate in un insieme compatto. 16 euro. normann-copenhagen.com



## A LEZIONE DAI NOSTRI CUOCHI

# PASTA FRESCA

Mescolare, stendere, farcire, tagliare... Tre appuntamenti per mettere in pratica con successo tutti i gesti di un'esperta sfoglina

### SCHEDE TECNICA

#### CHE COSA SI IMPARA A FARE:

Paste bianche e all'uovo (orecchiette, tagliatelle), ripiene (tortellini, cannelloni, lasagne) e colorate (pasta rossa e verde). Salse alle verdure, ragù, brodo, besciamella.

#### DOVE E QUANDO:

Nelle cucine della nostra scuola, a Milano, in via San Nicolao 7, in tre lezioni di tre ore ciascuna: 2 maggio, ore 19-22; 12 maggio, ore 9.30-12.30; 24 maggio, ore 15-18.

#### QUANTO COSTA E COME ISCRIVERSI:

220 euro il corso completo di tre lezioni oppure 90 euro la lezione singola. I corsi si possono acquistare sul sito della Scuola o telefonando in segreteria: sotto i nostri contatti.



#### L'INSEGNANTE

Cesare Gasparri, 29 anni, originario di Pesaro, è cresciuto tra sfoglie di pasta tirate a mano. Ha lavorato in ristoranti in Italia e a Londra e oggi è il responsabile dei nostri corsi.

### IN PROGRAMMA A MAGGIO

#### Basi della cucina

Partenza dei corsi nei giorni 2, 12, 21, 29

Il nostro corso più completo e articolato, in sette lezioni, una alla settimana. Per imparare soprattutto tecniche, come quella che si usa per il risotto, per esempio, o per mantecare la pasta. Si possono seguire anche solo le lezioni preferite.

#### Basi di pasticceria

Partenza dei corsi nei giorni 3, 15, 23

Corso in sette lezioni, una alla settimana. Tutto quello che bisogna sapere sulle paste (frolla, sfoglia, pan di Spagna), le creme (pasticceria, inglese, frangipane), mousse, bavarese, meringhe. Con una puntata di pasticceria salata.

#### Baccalà

Giorni 3, 10, 19, 28  
Un pesce molto versatile, adatto per crocchette, paste, crostini, ma ottimo cucinato da solo, come protagonista di secondi piatti. Scoprite come acquistarlo, trasformarlo e prepararlo in un'unica lezione di tre ore.

### INFO E CONTATTI

#### LA SCUOLA DE LA CUCINA ITALIANA

è in p.le Cadorna 5,  
ingresso via San Nicolao 7,  
20123 Milano  
scuola@lacucinaitaliana.it  
tel. 02 49748004

scuola.lacucinaitaliana.it

Seguici su:

FOTOGRAFIE ARCH. LA CUCINA ITALIANA, G. BRETEL

## FATTO IN CASA

# CON I FIORI DEL SAMBUCO

Sbocciano in maggio e si raccolgono quando il pistillo è ancora fresco, in aperta campagna, dove l'aria è pulita.

Si fanno fritti in pastella e si usano per preparare uno sciroppo profumato, da provare con la birra o lo spumante, con la macedonia e sul gelato

1

#### SCIROPPO

Tagliate alla base dell'ombrello 15-20 fiori di sambuco, poi, senza lavarli per non eliminare il profumo, metteteli in un grande barattolo con 4 limoni non trattati tagliati a rondelle e 1,5 litri di acqua. Chiudete il barattolo e lasciatelo riposare a temperatura ambiente per 2-3 giorni, mescolando ogni tanto. Filtrate quindi il liquido: ponete uno scolapasta su una pentola, foderatelo con un canovaccio e versatevi tutto il contenuto del barattolo; chiudete il canovaccio attorno ai fiori e strizzate per spremere il succo. Unite al liquido lo stesso peso di zucchero e 50 g di aceto di mele e fatelo bollire per 2-3 minuti. Travasatelo subito in bottiglie riempiendole fino a 1 cm sotto il bordo. Chiudetele e conservatele in frigo. Lo sciroppo dura da 2 a 4 mesi.

2

#### FRIITELLE

Immergete i fiori di sambuco nella pastella per crespelle (500 g di latte, 250 g di farina, 2 uova, un pizzico di sale e di zucchero) e friggete in abbondante olio di arachide ben caldo. Scolate su carta da cucina e servite con zucchero.

3

#### PANACHÉ

Versate 2 cucchiaini di sciroppo in un boccale di birra. Provatelo anche nello spumante, tenendo le stesse proporzioni.

### ALLEATO DELLA SALUTE

Ricco di vitamine, oligoelementi e flavonoidi, lo sciroppo di sambuco ha ottime proprietà depurative e drenanti e aiuta ad alleviare i sintomi del raffreddore e della febbre. Se poi state seguendo una dieta dimagrante, un cucchiaino mescolato con yogurt o succo di frutta, preso lontano dai pasti, è un antiodore ideale contro la fame nervosa.

RICETTA J. NÉDERLANTS, FOTO R. LETTIERI, STYLING B. PRADA



## PRINCIPIANTI IN LIBERTÀ

# MAMMA, HO FAME!

Pacchetti di crêpe: una risposta immediata e originale alle richieste, anche improvvise, dei vostri figli. Per variare la solita merenda o addirittura la colazione, sono facili da preparare anche insieme a loro

### LA LISTA DELLA SPESA



Prosciutto cotto  
a fette, 100 g.

+



Una scatola di formaggi  
**Galbani** (con i magneti  
di Frozen in regalo). Hanno  
un sapore semplice,  
una consistenza cremosa,  
e sono ricchi di calcio.

+

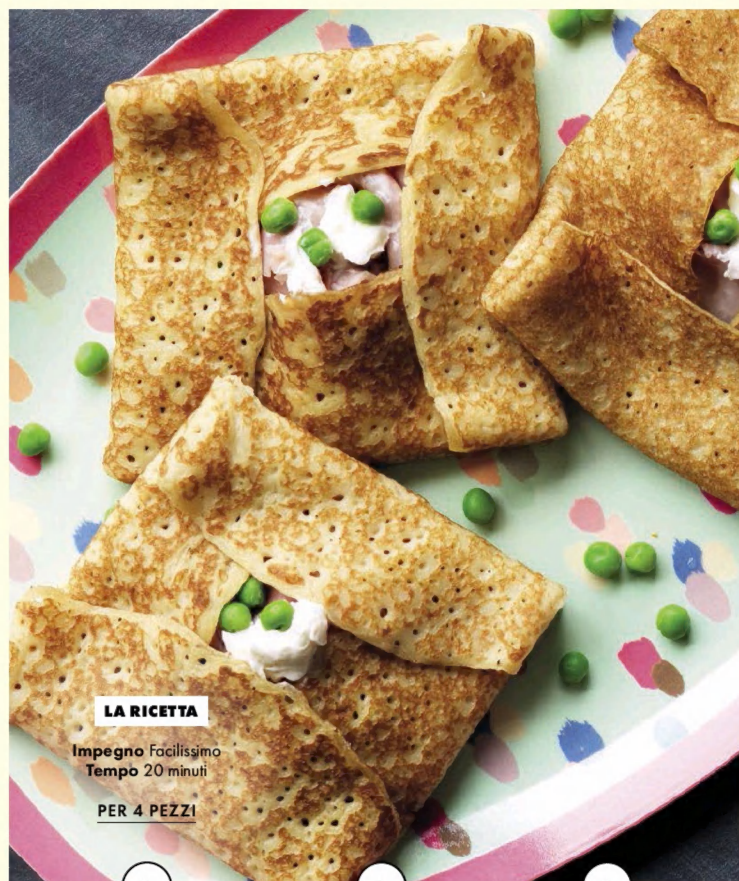


Piselli freschi  
sgranati, 200 g.

+



Una confezione  
di crêpe **Crêpan**,  
pratiche basi pronte  
da tenere sempre in frigo,  
per piatti dolci e salati.  
Basta scaldarle.



### LA RICETTA

Impegno Facilissimo  
Tempo 20 minuti

PER 4 PEZZI

1

#### CRÊPE

Riscaldare le crêpe  
nel forno a 120 °C,  
per 2 minuti.  
(Ne avvanzeranno due:  
sicuramente i bambini  
le mangeranno anche  
senza la farcitura).

2

#### RIPIENO

Lessate i piselli in acqua  
bollente salata per 5-6 minuti  
e scolateli. Schiacciate  
6 formaggi ottenendo  
una crema. Spalmatela sulle  
crêpe, unite un cucchiaino  
di piselli e il prosciutto.

3

#### COTTURA

Chiudete le crêpe  
a pacchettino e  
infornatele nuovamente  
a 120 °C per 5 minuti,  
per dare al formaggio  
una consistenza  
un po' fondente.

## L'INGREDIENTE

# QUEL MAZZOLIN DI ERBE

Sei aromatiche combinate anche con porro, sedano, aglio e limone in bouquet molto profumati e in un tradizionale mix tritato. Studiate ciascuno per una carne diversa



### BOUQUET GARNI

PREZZEMOLO + SEDANO  
+ ALLORO + TIMO

Famoso classico della cucina francese.  
Può essere aggiunto a carni, brodi e minestre.

**ALLA FRANCESE**  
È l'usanza di avvolgere  
il bouquet in una guaina  
di porro, che dona  
un aroma in più.



### PER IL BRODO DI MANZO

PREZZEMOLO + SEDANO + ALLORO

Occorre tener conto dell'intensità  
del profumo dell'alloro che va dosato  
con parsimonia.

**NELLA GARZA**  
Evita che foglioline  
o altre parti si disperdano  
nel brodo. Lo spago lungo  
ne consente il facile recupero.



### PER L'OSSOBUCO

SCORZA DI LIMONE  
+ PREZZEMOLO + AGLIO

Questi aromi tritati costituiscono  
la classica gremolata che nella ricetta  
dell'ossobuco alla milanese  
si aggiunge a cottura ultimata.



### PER L'ARROSTO DI MAIALE

ALLORO + SALVIA + ROSMARINO

Tre aromi di carattere, si combinano  
col sapore di questa carne e affrontano  
bene anche cotture a fuoco vivace.



### PER L'ARROSTO DI VITELLO

SALVIA + ROSMARINO

Il loro profumo, pur  
persistente, non prevarica il gusto  
delicato della carne.



### PER L'ARROSTO DI AGNELLO

ROSMARINO + TIMO + MENTA

Il timo, che regala un accento speziato,  
e la menta, che dà una nota fresca,  
sono i due aromi più accostati all'agnello.

RICETTA J. NÉDERLANTS, TESTI L. FORTI, FOTO R. LETTIERI, 123RF, STYLING B. PRADA

FOTOGRAFIE ARCHIVIO LA CUCINA ITALIANA



## I NOSTRI PARTNER

Ringraziamo le aziende che hanno collaborato alla realizzazione dei nostri servizi. Per maggiori informazioni sui prodotti utilizzati nelle fotografie: [www.lacucinaitaliana.it](http://www.lacucinaitaliana.it)

<b>AIRC</b> <a href="http://airc.it">airc.it</a>	<b>Felicia</b> <a href="http://glutenfreefelicia.com">glutenfreefelicia.com</a>	<b>Nestlé</b> <a href="http://nestle.it">nestle.it</a>
<b>Alce Nero</b> <a href="http://alcenero.com">alcenero.com</a>	<b>Fior di Loto</b> <a href="http://fiordiloto.it">fiordiloto.it</a>	<b>NH Collection</b> <a href="http://torinopiazza.com">torinopiazza.com</a>
<b>Alessi</b> <a href="http://alessi.com/it">alessi.com/it</a>	<b>Galbani</b> <a href="http://galbani.it">galbani.it</a>	<b>Carlina</b> <a href="http://nh-hotels.it">nh-hotels.it</a>
<b>Amazon</b> <a href="http://amazon.it">amazon.it</a>	<b>Germinal Bio</b> <a href="http://germinalbio.it">germinalbio.it</a>	<b>nh-collection.com</b>
<b>Andalini</b> <a href="http://andalini.it">andalini.it</a>	<b>GioveLab</b> <a href="http://giovelab.it">giovelab.it</a>	<b>Nomess</b> <a href="http://nomess.dk">nomess.dk</a>
<b>ASA Selection</b> <a href="http://distr.da.Merito">distr.da.Merito</a>	<b>Giralamoni</b> <a href="http://girolomoni.it">girolomoni.it</a>	<b>Copenhagen</b> <a href="http://copenhagen.com">copenhagen.com</a>
<b>Assouline</b> <a href="http://assouline.com">assouline.com</a>	<b>Granoro</b> <a href="http://granoro.it">granoro.it</a>	<b>Normann</b> <a href="http://normann.com">normann.com</a>
<b>Barilla</b> <a href="http://barilla.com">barilla.com</a>	<b>Hay</b> <a href="http://hay.dk">hay.dk</a>	<b>Copenhagen</b> <a href="http://copenhagen.com">copenhagen.com</a>
<b>Baule Volante</b> <a href="http://baulevolante.it">baulevolante.it</a>	<b>Jannelli &amp; Volpi</b> <a href="http://jannellivolpi.it">jannellivolpi.it</a>	<b>-Packit</b> distribuito in Italia da KUNZI <a href="http://kunzi.it">kunzi.it</a>
<b>Bayernland</b> <a href="http://bayernland.it">bayernland.it</a>	<b>Koch</b> <a href="http://kochbz.it">kochbz.it</a>	<b>Pratosubito</b> <a href="http://pratosubito.it">pratosubito.it</a>
<b>Brimi</b> <a href="http://brimi.it">brimi.it</a>	<b>La Cremeria</b> <a href="http://gelatimotta.it/brands/la-cremeria">gelatimotta.it/brands/la-cremeria</a>	<b>Rig-Tig</b> <a href="http://rig-tig.com">rig-tig.com</a>
<b>Candy</b> <a href="http://candy.it">candy.it</a>	<b>La Spasa</b> <a href="http://laspasa.com">laspasa.com</a>	<b>Risoli</b> <a href="http://risoli.com">risoli.com</a>
<b>Cecchi</b> <a href="http://cecchi.net">cecchi.net</a>	<b>Lavazza</b> <a href="http://lavazza.it">lavazza.it</a>	<b>Sephora</b> <a href="http://sephora.it">sephora.it</a>
<b>Centrotavola Milano</b> <a href="http://centrotavolamilano.it">centrotavolamilano.it</a>	<b>LSA International</b> <a href="http://lsa-international.com">lsa-international.com</a>	<b>Sigg</b> distribuito in Italia da KUNZI <a href="http://kunzi.it">kunzi.it</a>
<b>Cibus</b> <a href="http://cibus.it">cibus.it</a>	<b>Marcato</b> <a href="http://marcato.it/it">marcato.it/it</a>	<b>Taste of Milano</b> <a href="http://tasteofmilano.it">tasteofmilano.it</a>
<b>Costadoro</b> <a href="http://vinicostadoro.it">vinicostadoro.it</a>	<b>Meggle</b> <a href="http://meggle.it">meggle.it</a>	<b>Tesco</b> <a href="http://tescoonline.com">tescoonline.com</a>
<b>Cova</b> <a href="http://covamilano.com">covamilano.com</a>	<b>Mepra</b> <a href="http://mepra.it">mepra.it</a>	<b>Tupperware</b> <a href="http://tupperware.it">tupperware.it</a>
<b>Créapan</b> <a href="http://creapan.it">creapan.it</a>	<b>Mezzacorona</b> <a href="http://mezzacorona.it">mezzacorona.it</a>	<b>Turin Palace Hotel</b> <a href="http://turinpalacehotel.com">turinpalacehotel.com</a>
<b>Dalla Costa</b> <a href="http://dallacostamilano.it">dallacostamilano.it</a>	<b>Mila</b> <a href="http://mila.it">mila.it</a>	<b>Valbona</b> <a href="http://valbona.com">valbona.com</a>
<b>D'Amico</b> <a href="http://damico.it">damico.it</a>	<b>Morato</b> <a href="http://moratopane.com">moratopane.com</a>	<b>Villeroy &amp; Boch</b> <a href="http://villeroy-boch.it">villeroy-boch.it</a>
<b>Develey</b> <a href="http://develey.it">develey.it</a>	<b>Moronigemma</b> <a href="http://moronigemma.it">moronigemma.it</a>	<b>WMF</b> <a href="http://wmf.com">wmf.com</a>
<b>Eccellenze Campane</b> <a href="http://eccellenzecampane.it">eccellenzecampane.it</a>	<b>MV% Ceramics</b> <a href="http://design">design</a>	<b>Zara Home</b> <a href="http://zarahome.com/it">zarahome.com/it</a>
<b>Excelsior Hotel Gallia</b> <a href="http://excelsiorhotelgallia.com/it">excelsiorhotelgallia.com/it</a>		

**Servizio Abbonamenti** Per informazioni, redazioni per qualsiasi necessità, si prega di telefonare al n. 199.133.199; oppure inviare un fax al n. 199.144.199. Indirizzo e-mail: [abbonati@condenast.it](mailto:abbonati@condenast.it).  
 \*I costi della chiamata per i telefoni fissi da tutta Italia è di 11,88 centesimi di euro al minuto + IVA e senza scatto alla risposta. Per la chiamata da telefoni e costi sono legati all'operatore telefonico.  
**Subscription Rates Abroad** For subscriptions orders from foreign countries, please visit [www.abbonatiqui.it/abroad](http://www.abbonatiqui.it/abroad). Subscriptions can be paid by Credit Card (VISA, Mastercard, American Express, Diners), Bank Transfer and Paypal. For further information please contact our Subscription Service: phone +39 02 92961010 - fax +39 02 86882869. Prices are in Euro and are referred to 1-year subscription.

MAGAZINE	ISSUES PER YEAR	EUROPE AND MEDIT. COUNTRIES (ORDINARY MAIL)	AFRICA/AMERICA ASIA/AUSTRALIA (AIR MAIL)
AD	11	€ 80,00	€ 135,00
GQ	10	€ 52,00	€ 82,00
TRAVELLER	4	€ 25,00	€ 35,00
GLAMOUR	11	€ 58,00	€ 74,00
VOGUE ITALIA	12	€ 87,00	€ 157,00
VANITY FAIR	49	€ 175,00	€ 241,00
LA CUCINA ITALIANA	12	€ 88,00	€ 130,00

International distribution: A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione Srl - Via Manzoni, 12 - 20089 ROZZANO (MI) Italy - Tel. +39 02 5753911 - Fax. +39 02 57512606 - e-mail: [info@nie-mag.com](mailto:info@nie-mag.com)

## LA CUCINA ITALIANA

Condé Nast International

Chairman and Chief Executive: Jonathan Newhouse  
 President: Wolfgang Blau  
 Executive Vice President: James Woolhouse

The Condé Nast International Group of Brands includes:

<b>UK</b> Vogue, House & Garden, Brides, Tatler, The World of Interiors, GQ, Vanity Fair, Condé Nast Traveller, Glamour, Condé Nast Johansens, GQ Style, Love, Wired, Condé Nast College of Fashion & Design, Ars Technica	<b>France</b> Vogue, Vogue Hommes, AD, Glamour, Vogue Collections, GQ, AD Collector, Vanity Fair, GQ Le Manuel du Style, Glamour Style	<b>Italy</b> Vogue, Glamour, AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vanity Fair, Wired, La Cucina Italiana	<b>Germany</b> Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style, Wired	<b>Spain</b> Vogue, GQ, Vogue Novias, Vogue Niños, Condé Nast Traveler, Vogue Colecciones, Vogue Belleza, Glamour, AD, Vanity Fair	<b>Japan</b> Vogue, GQ, Vogue Girl, Wired, Vogue Wedding	<b>Taiwan</b> Vogue, GQ, Interculture	<b>Mexico and Latin America</b> Vogue Mexico and Latin America, Glamour Mexico, AD Mexico, GQ Mexico and Latin America, Vanity Fair Mexico	<b>India</b> Vogue, GQ, Condé Nast Traveller, AD	<b>Published under Joint Venture:</b> <b>Brazil:</b> Vogue, Casa Vogue, GQ, Glamour <b>Russia:</b> Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style, Tatler, Glamour Style Book	<b>Published under License or Copyright Cooperation:</b> <b>Australia:</b> Vogue, Vogue Living, GQ <b>Bulgaria:</b> Glamour <b>China:</b> Vogue, AD, Condé Nast Traveler, GQ, GQ Style, Brides, Condé Nast Center of Fashion & Design, Vogue Me <b>Czech Republic and Slovakia:</b> La Cucina Italiana <b>Hungary:</b> Glamour <b>Iceland:</b> Glamour <b>Korea:</b> Vogue, GQ, Allure, W <b>Middle East:</b> Vogue, Condé Nast Traveller, AD, Vogue Café at The Dubai Mall <b>Portugal:</b> Vogue, GQ <b>Romania:</b> Glamour <b>Russia:</b> Vogue Café Moscow, Tatler Club Moscow <b>South Africa:</b> House & Garden, GQ, Glamour, House & Garden Gourmet, GQ Style, Glamour Hair <b>The Netherlands:</b> Vogue, Glamour, Vogue The Book, Vogue Man, Vogue Living <b>Thailand:</b> Vogue, GQ, Vogue Lounge Bangkok <b>Turkey:</b> Vogue, GQ <b>Ukraine:</b> Vogue, Vogue Café Kiev
---	---	--	---	---	---	--	---	---	---	---

Condé Nast USA

President and Chief Executive Officer: Robert A. Sauerberg, Jr.  
 Artistic Director: Anna Wintour

Vogue, Vanity Fair, Glamour, Brides, Self, GQ, GQ Style, The New Yorker, Condé Nast Traveler, Allure, AD, Bon Appetit, Epicurious, Wired, W, Golf Digest, Golf World, Teen Vogue, Ars Technica, The Scene, Pitchfork, Backchannel

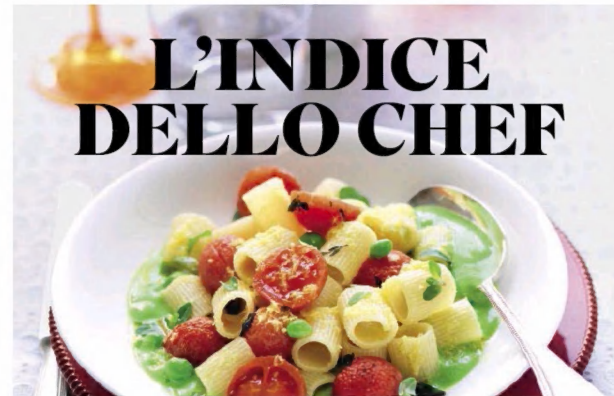
La Cucina Italiana - Direttore Responsabile: Maddalena Fossati Dandera. Copyright © 2018 per La Cucina Italiana S.r.l. Registrazione del Tribunale di Milano n. 2300 del 15.6.1951. La Cucina Italiana S.r.l. è iscritta nel Registro degli Operatori di Comunicazione con il numero 23255. Tutti i diritti riservati. Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in abbonamento postale - Aut. MINISTERO-DIPOSTA/2018 - ART. 1 COMMA 1 - L.01/01/2018. Distribuzione per l'Italia: SO.DI.P. - Angelo Patuzzi S.p.A. via Bettola 18, 20092 Cinisello Balsamo (Mi), tel. 02.660301, fax 02.6603020. Distribuzione Estero Sales Agent for Distribution Abroad A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione S.p.A. via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), tel. 02.5753911, fax 02.57512606, [www.aie-mag.com](http://www.aie-mag.com). Stampa: Rotolito S.p.A., Stabilimento di Cernusco sul Naviglio - Printed in Italy. Numeri arretrati: Il prezzo di ogni arretrato è di € 12,00 comprensivo di spese di spedizione. Per avere informazioni sulla disponibilità degli arretrati de La Cucina Italiana telefona al 039/598386, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle



Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali



Accertamenti Diffusione Stampa Certificato n. 8284 del 03-02-2017



## Antipasti

	TEMPO	PAG.
Anzilli del pin ★★	3 h	113
Capesante, avocado e friggittelli ★✓	45'	44
Mini burger di ceci con pane agli spinaci ★✓✓	1 h e 40' (+3h)	45
Pacchettini di crêpe ★	20'	132
Pancake salati con salsa al grana ★✓✓	45'	107
Pizzette della Nonna Rosita ★✓	20'	74
Soufflé al cheddar ★✓✓	1 h	101
Tarte tatin di cipollotti ★✓✓	1 h e 30'	46

## Primi piatti &amp; Piatti unici

Bulgur al pesto di pomodori e treccia di mozzarella ★✓	25'	37
Cappelletti con spuma di pecorino, fave e guanciale croccante ★	1 h	102
Conchiglie allo scoglio sin barattolo ★★	90'	88
Fusilli alla carbonara vegetariana ★✓	35'	87
Insalata tiepida di patate, salmone e salsa allo yogurt ★✓	25'	37
Lasagna primavera ★★✓	1 h e 30'	117
Linguine con misto di pomodori ★✓	30'	87
Mezze maniche, crema di piselli, pomodori e limone ★✓✓	45'	48
Minestrone di primavera ★✓✓	40'	49
♥ Ravioli alla spigola ★★★	1 h e 45' (+1 h)	50
Rigatoni gratinati con crema di porri e pollo ★	80'	92
Risotto alla mela verde ★✓✓	50'	47
Risotto con limoni dolci e caffè ★✓✓✓	30'	107
Spaghettoni con alici marinate in pesto di crescione ★★	35' (+12 h)	91
Strozzapreti salmone, fiori di zucca e acciuga ★	25'	91
Tagliatelle calamari, friggittelli e salsiccia piccante ★	40'	92
Trottole con le primizie ★✓	30'	88
Zuppa di vongole ★✓	10' (+2 h)	74

## Pesci

♥ Baccalà e piselli ★✓	45'	51
Filati di gallinella con pesto di fave ★	25'	52
Salmerino, asparagi e bottarga ★✓	25'	52
Seppie ripiene ★★	1 h e 30'	118

## Verdure

♥ Fiori di zucca ripieni di ricotta e spinaci ★✓✓✓	1 h	54
Garzopacho di pomodori e fragole ★✓✓✓	20'	53

Giardiniera di verdure con hummus ★✓✓	35'	57
♥ Insalata mista con friggittelli, cornflakes e pompelmo rosa ★✓	25'	57
Insalata siciliana ★✓✓✓	20'	74

## Carni e uova

Costine marinate al miele e spezie ★★	2 h e 10' (+30')	58
Filetto di manzo marinato alle 5 spezie ★	50' (+24 h)	102
Frittatina o pizza? ★✓✓	10'	105
Manzo alla senape con salsa di avocado ★★	1 h	61
Petto di faraona croccante ★	30'	60
Pollo grigliato ★	1 h e 10'	28
Uovo barzotto, cialde di lenticchie e bruscandoli ★✓✓	40'	58
Vitello tonnato ★★	3 h	110

## Dolci e cocktail

Bavarese al caffè ★★	1 ora (+14 h)	25
Cocktail Citrus ★✓	10'	9
Cocktail Flower power ★✓	10'	9
Cocktail La petite rouge ★✓	10'	9
Crema al limone e biscotti ai fiocchi di avena ★★✓	1 h (+2 h)	63
Crema pasticciera al limone ★✓	15' (+30')	107
Meringa soffice al pistacchio con composta di rabarbaro ★✓✓	1 h e 10'	103
Pavlova tropicale ★★✓	2 h (+2 h)	63
Sciroppo di sambuco ★★✓✓	30' (+3 gg)	131
The One and Only Budino ★★✓	30' (+3 h)	77
Torta «brisolala» ai semi di zucca con composta di fragole ★★✓	2 h e 30'	77
	1 h e 35' (+1 h)	64

★ Facile ★★ Medio ★★★ Per esperti  
 ✓ Vegetariana ✓ Senza glutine  
 • Piatti che si possono realizzare in anticipo, interamente o solo in parte (come suggerito nelle ricette)  
 (+1 h) In rosso, il tempo, non operoso, necessario per lievitazione, marinatura, raffreddamento



♥ Inquadrate il QR code con il vostro smartphone e guardate i video delle ricette.

## LE MISURE a portata di mano

Per facilitare e rendere più svelto il lavoro in cucina, invece di usare la bilancia, dosate ingredienti liquidi e in polvere con tazze e cucchiari



## BICCHIERINO DA LIQUORE COLMO

EQUIVALE A:  
 60 g di ACQUA,  
 VINO, BRODO  
 65 g di LATTE  
 55 g di OLIO  
 50 g di ZUCCHERO  
 SEMOLATO



## TACCA DA CAFFÈ COLMA

EQUIVALE A:  
 80 g di ACQUA,  
 VINO, BRODO  
 70 g di OLIO  
 70 g di ZUCCHERO  
 SEMOLATO  
 50 g di FARINA  
 40 g di GRANA  
 GRATTUGIATO



## CUCCHIAIO DA TÈ RASO

EQUIVALE A:  
 4 g di ACQUA,  
 VINO, BRODO  
 3 g di OLIO

## MESTOLO RASO

EQUIVALE A:  
 120 g di ACQUA,  
 VINO, BRODO  
 125 g di LATTE



## BICCHIERE DA ACQUA COLMO

EQUIVALE A:  
 200 g di ACQUA,  
 VINO, BRODO  
 220 g di LATTE  
 170 g di ZUCCHERO  
 SEMOLATO  
 130 g di FARINA  
 160 g di RISO



## PUGNETTO

EQUIVALE A:  
 30 g di RISO  
 32 g di ZUCCHERO  
 SEMOLATO  
 24 g di FARINA



## TACCA DA TÈ COLMA

EQUIVALE A:  
 240 g di ACQUA,  
 VINO, BRODO  
 250 g di LATTE  
 210 g di ZUCCHERO  
 SEMOLATO  
 160 g di FARINA  
 200 g di RISO



## CUCCHIAIO DA MINISTRASO

EQUIVALE A:  
 12 g di ACQUA,  
 VINO, BRODO, LATTE  
 10 g di OLIO  
 16 g di SALE  
 GROSSO  
 14 g di SALE FINO  
 10 g di ZUCCHERO  
 SEMOLATO  
 8 g di FARINA  
 6 g di GRANA  
 GRATTUGIATO



## MESTOLO RASO

EQUIVALE A:  
 120 g di ACQUA,  
 VINO, BRODO  
 125 g di LATTE



## PUGNETTO

EQUIVALE A:  
 30 g di RISO  
 32 g di ZUCCHERO  
 SEMOLATO  
 24 g di FARINA



## BICCHIERE DA ACQUA COLMO

EQUIVALE A:  
 200 g di ACQUA,  
 VINO, BRODO  
 220 g di LATTE  
 170 g di ZUCCHERO  
 SEMOLATO  
 130 g di FARINA  
 160 g di RISO



## PUGNETTO

EQUIVALE A:  
 30 g di RISO  
 32 g di ZUCCHERO  
 SEMOLATO  
 24 g di FARINA



# menu

Cinque proposte da copiare con le nostre ricette di maggio

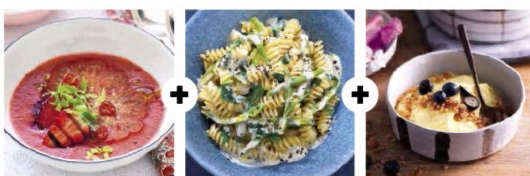
## INVITO A CENA

Piatti  
eleganti e  
scenografici



Vitello tonnato  
pag. 110  
Risotto alla mela verde  
pag. 47  
Pavlova tropicale  
pag. 63

Gazpacho di pomodori  
e fragole  
pag. 53  
Fusilli alla «carbonara»  
vegetariana  
pag. 87  
Crema pasticciera  
al limone pag. 107



**IN SEMPLICITÀ**  
Facilissime,  
per un  
incontro  
informale

## PESCE PER GOURMET

Di mare e  
di fiume



Capesante, avocado  
e friggirelli + La petite rouge  
pag. 44 e pag. 9  
Ravioli alla spigola  
pag. 50  
Salmerino, asparagi  
e bottarga  
pag. 52

Fiori di zucca ripieni di  
ricotta e spinaci  
pag. 54  
Trottole con le primizie  
pag. 88  
Costine marinate  
al miele e spezie  
pag. 58



**DOMENICA  
IN CAMPAGNA**  
Sapori  
buoni  
dall'orto

**A BUFFET**  
Per portare  
tutto in  
tavola e poi  
godersi la  
festa



Mini burger di ceci  
con pane agli spinaci  
pag. 45  
Manzo alla senape  
con salsa di avocado  
pag. 61  
Giardiniera di verdure  
con hummus pag. 57



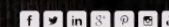
**Il resto è solo condimento.**



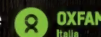
Mangiare bene non è solo un modo di vivere meglio, ma una riscoperta di sapori unici, come quelli di una volta. Le nostre Farine Macinate a Pietra Biologiche sono proprio così: una linea di prodotti buoni e genuini, provenienti da agricoltura biologica, lavorati lentamente, per conservare tutte le proprietà nutrizionali dei cereali e garantirti un gusto migliore con una maggiore digeribilità. Molino Rossetto è la parte più importante della tua ricetta.



MUGNAI SECONDO NATURA, DAL 1760



Molino Rossetto sostiene



Cerca nel tuo supermercato di fiducia o acquista direttamente su [www.molinorossetto.com](http://www.molinorossetto.com)





VOI ESPRIMETE  
UN DESIDERIO,  
NOI REALIZZIAMO  
UN PROGETTO.



Una nuova idea di città, un nuovo modo di vivere.  
**Costruiamo insieme un futuro di energia sostenibile.**

edison.it | seguici su 